

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต)

มองธรรมทุกทาง มีสุขทุกที



มองธรรมทุกทาง

มีสุขทุกที่

พระพรหมคุณาภรณ์

(ป. อ. ปยุตฺโต)

ธรรมปฏิสนธาร

ในโอกาสที่

สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราช
กุมารี

เสด็จฯ ทรงเป็นประธานถวายผ้าพระกฐิน

ในวาระที่

โรงเรียนจิตรลดา

จัดพิธีถวายผ้าพระกฐินพระราชทาน

ณ วัดญาณเวศกวัน

๔ พฤศจิกายน ๒๕๕๓

มองธรรมถูกทาง มีสุขทุกที

© พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต)

ISBN 974-94997-0-0

พิมพ์ครั้งที่ ๑ - พฤศจิกายน ๒๕๔๕

๓,๐๐๐ เล่ม

(เก็บข้อความคัดสรรจากคัมภีร์และหนังสือที่มีอยู่ก่อนประมาณ ๑๐ เล่ม กับทั้งจัดปรับตามควร)

- ธรรมปฏิสันถาร ในวาระที่โรงเรียนจิตรลดา

จัดพิมพ์ถวายผ้าพระกฐินพระราชทาน ที่วัดญาณเวศกวัน ๔ พ.ย. ๒๕๔๕ ๒,๐๐๐ เล่ม

แบบปก: พระชัยยศ พุกทิวโร

พิมพ์ที่

สารบัญ

อนุโมทนา

๗

มองธรรมถูกทาง มีสุขทุกที

เยี่ยมพระพุทธรูปบิดา	๑
เมื่อใจสะอาด ธรรมชาติมีสุขให้	๔
รักของพ่อแม่ ทั้งรักแท้ และรักยั้งยืน	๗
ใจดี มีความสุข	๑๐
ใจดี ให้เขามีความสุข	๑๓
ใจดี กายพลอยมีสุขภาพ	๑๕
นักแก้ปัญหา เริ่มด้วยปัญญาที่รู้ทุกข์	๑๗
ทุกข์ ต้องมองให้เห็น - สุข ต้องมีให้เป็น	๑๙
วัตถุนี่เรื่องใหญ่ ต้องจัดการให้ดี	๒๑
สบาย ๗	๒๔
เมื่อทรัพย์และอำนาจ มาเป็นเครื่องมือของธรรม	๒๗
ธรรม ทำไมต้องมีทรัพย์และอำนาจเป็นเครื่องมือ	๓๐
“สันโดษ” ต้องรับใช้ “ไม่สันโดษ”	๓๒
“เรียบง่าย” ต้องไม่ใช่ “มั่งง่าย”	๓๕
อนิจจัง! ปลงได้ แต่ระวังจะกลายเป็นประมาท	๓๘
ลจุดหมาย เมื่อปล่อยวางได้ โดยไม่ปล่อยปละละเลย	๔๐
ระวัง! ยึดมั่น ในความไม่ยึดมั่น	๔๓
ถ้าไม่ยึดมั่นแท้ จะแน่วแน่ในการสร้างสรรค์	๔๕
พระเจ้าอโศก อีกที!	๔๘
สุขคือโอกาส ทุกข์คือแบบฝึกหัด	๕๐
มनुสฺย: ปัจจัยพิเศษในธรรมชาติ	๕๕
ประชาธิปไตย อย่าให้ไร้ความหมาย	๕๙

หนังสือที่มาของข้อความเลือกสรร

๖๒

เยี่ยมพระพุทธรูปดา

เมื่อเจ้าชายสิทธิหัตถะตรัสรู้เป็นพระพุทธรเจ้า และเสด็จออกจาริกไปประกาศธรรม จนในปีที่ ๒ ได้มาประทับอยู่ที่พระเวฬุวัน ในเขตพระนครราชคฤห์ พระเจ้าสุทโธทนะ ทรงทราบสถานที่ประทับของพระราชโอรส จึงทรงส่งอำมาตย์มาทูลเชิญพระพุทธรเจ้าเสด็จไปทรงเยี่ยมพระพุทธรูปดา ที่พระนครกบิลพัสดุ์

อำมาตย์หลายชุดเดินทางไปแล้วเจียบหาย จนกระทั่งในที่สุดพระเจ้าสุทโธทนะทรงส่งอำมาตย์ใหญ่ชื่อว่ากาฬทายีไปทำหน้าที่นี้ จึงประสบความสำเร็จ

ท่านกาฬทายีเดินทางถึงเมืองราชคฤห์ ได้ฟังธรรม บรรลุผลสูงสุด เป็นพระอรหันต์และอุปสมบทแล้ว พอถึงกลางเดือน ๔ ท่านเห็นว่าเป็นระยะสิ้นฤดูหนาว เข้าสู่สันตกาล คือฤดูใบไม้ผลิ อันเหมาะที่จะเดินทาง จึงเข้าเฝ้าพระพุทธรเจ้า กล่าวคำร้อยครองอัญเชิญเสด็จ โดยพรรณนาหนทางดำเนินจากเมืองราชคฤห์สู่เมืองกบิลพัสดุ์

คำประพันธ์อัญเชิญเสด็จ ของท่านพระกาฬทายี ตอนหนึ่งว่าดังนี้

ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ บัดนี้ ถึงฤดูที่ประดาต้นไม้ ซึ่งได้ผลัดใบแก่ทิ้งไป ต่างผลิดอกออกผลใหม่ ดอกสีแดงจัดจำ สดใสระวาวระวามีเปลวส่องประกาย ข้าแต่องค์พระมหาวีระ เป็นกาละอันเหมาะแล้วที่จะทรงอนุเคราะห์หมู่พระญาติวงศ์

ข้าแต่องค์พระวีระเจ้า หมู่มไม้ทั้งหลายมีดอกบานสะพรั่ง น่ารื่นรมย์ใจ ส่งกลิ่นหอมฟุ้งตระหลบไปทั่วทิศ

โดยรอบ ทิ้งใบเก่าแล้ว กำลังออกผลใหม่ เป็นกาลสมัย
อันเหมาะที่จะเสด็จจากที่นี้ออกทรงดำเนิน

ไม้ต้นมีผลขนาดย่อม อย่างมะพลับ และมะหาด รส
ชื่นใจ มีเปลือกสีเหลืองสวยดั่งสีทอง หาได้ตลอดทุก
เวลา ข้าแต่พระองค์ผู้ทรงมหาศัย บัดนี้เป็นกาลสมัย
อันเหมาะที่จะเสด็จครรรไล

ไม้ผลนานาชนิด ที่เป็นคล้ายอย่างนี้ มากมายเป็น
อนเก มีผลห้อยย่อยระย้าอยู่ทั้งสองข้างทาง ข้าแต่พระองค์
ผู้ทรงยศใหญ่ บัดนี้เป็นเวลาที่ควรเสด็จครรรไล


จำปา ช้างน้ำ กากะทิง ส่งกลิ่นหอม ยามลมรำพาย
พัด ยอดที่มีดอกสะพรั่ง เต็มตา ดั่งว่ามีใจอาทร พากัน
น้อมก้มกรลงมา นบถวายบูชาด้วยกลิ่นสุคนธ์ ข้าแต่พระ
ผู้ทรงมหาศัย บัดนี้เป็นเวลาที่ควรเสด็จครรรไล

เหล่านกแก้ว นกสาธิกา มีสีสังามวิจิตร รูปสวย
เสียงไพเราะ บินขึ้นบินลงไปมา กลุ้มรุ่มยอดไม้ ชันร้อง
อยู่สองข้างทาง พากันส่งเสียงกู่กันไปกู่กันมา บัดนี้เป็น
เวลาที่พระองค์จะได้ทรงเห็นพระชนกแล้ว

ประดาสระน้ำ ทะเลสาบ มีฟากฝั่งชายท่างามราบ
เรียบ นำรินรมย์ ดารดาษไปด้วยทรายสีขาว เต็มเปี่ยม
ด้วยน้ำที่มีรสสดชื่น เป็นที่ซึ่งหมู่ชนลงไปอาบและดื่ม
กิน งามโดดเด่นอยู่เสมอแก่สายตา เป็นสมัยอันเหมาะที่
จะทรงทัศนาศระประยูรญาติ

ถึงที่นั่น ถึงที่โน่น ก็มีสระโบกขรณี ที่ดารดาษด้วย ดอกบุณฑริก ดาษดื่นด้วยดอกปทุม อยู่ทั้งสองข้างทาง สวยงาม มีน้ำที่ชนทั้งหลายลงไปสร่งสนานได้ เป็นกาลสมัยอันเหมาะที่จะเสด็จไปทรงเยี่ยมเยียนพระประยูรญาติแล้ว

ทั้งสองข้างแห่งหนทางดำเนิน ประชาชนที่อยู่กันเป็นชุมชนคับคั่ง เป็นคาม เป็นนิคม มีศรัทธา มีความเลื่อมใส นับถือพระรัตนตรัย ประชาชนเหล่านั้นก็จะได้สัมฤทธิ์ความคิดหวังอย่างสมบูรณ์ด้วย เป็นกาลสมัยอันเหมาะแล้วที่จะเสด็จไปทรงเยี่ยมพระญาติวงศ์...

พระพุทธเจ้าทรงสดับคำอาราธนาเป็นพจนประพันธ์อันไพเราะ รวมทั้งหมดประมาณ ๖๐ คาถา จบแล้ว ก็ได้ทรงรับนิมนต์ แล้วเสด็จดำเนินทางไกลไปทรงเยี่ยมพระพุทธรูปิตาและพระญาติวงศ์ ที่เมืองกบิลพัสดุ์ นำความเจริญธรรมเจริญปัญญาและสันตินิรามิสสุขมา ประทานแก่ถิ่นฐานพระชาติภูมิ ในปีที ๒ แห่งการบำเพ็ญพุทธกิจ สัมฤทธิ์พระราชประสงค์ของพระเจ้าสุทโธทนะ 

เมื่อใจสะอาด ธรรมชาติมีสุขให้

พระพุทธเจ้าทรงมีพระวิสุทธิคุณ คือความบริสุทธิ์ อย่างที่เราพูดกันคลุ้มๆ ว่า ไม่มีกิเลส เช่น ไม่มีความโกรธความเกลียด ไม่ติดลามาติดยศ พระหฤทัยไม่ขุ่น ไม่เคือง ไม่ขัด ไม่ข้อง ไม่ติดค้างกับความคิดที่จะเป็นนั่นจะเอานี่ เป็นต้น พระทัยของพระองค์จึงปลอดโปร่ง โล่งเบา และสดใสบวกบาน อยู่เสมอ

เมื่อไม่มีความคิดติดกิเลสอย่างที่ว่านั้น พระพุทธเจ้าจะประทับอยู่ที่ไหน พระหฤทัยและพระปรีชาญาณของพระองค์ก็เหมือนเปิดรับ หรือถึงกันทันทีกับทุกสิ่งทุกอย่าง ที่ซิดไถ่หรือรายรอบพระองค์ ไม่มีอะไร โดยเฉพาะความคิดติดกิเลสของตนเอง ที่จะปิดบังขวางกั้น หรือจะทำให้เสียงหลักหลบข้ามไปเสีย ถ้าเป็นมนุษย์หรือชีวิตอื่น ก็รู้เข้าใจมองเห็น สุขทุกข์และสภาพชีวิตของเขา ถ้าเป็นธรรมชาติทั่วไป ก็ทราบและซึ่งถึงความงามความสัมพันธ์อันละเอียดละเมียดละเอียดไม่อย่างทั่วตลอด และนี่ก็เป็นการเข้าถึงความสุขอย่างประณีตด้านหนึ่ง

ดังนั้น พระพุทธองค์จึงทรงซาบซึ้งในความงามของธรรมชาติและประทับอยู่ท่ามกลางธรรมชาติอย่างทรงมีความสุขตลอดเวลา ดังที่ปรากฏเป็นบันทึกเรื่องราวมากมายในพระไตรปิฎก ตั้งแต่พลันที่ตรัสรู้แล้ว ก็ทรงเสวยวิมุตติสุข และเหตุการณ์ย่อยอย่างเรื่องที่ทรงสดับคำอาราธนาเสด็จของพระกาฬุทายีข้างต้นนี้

พระอรหันต์อื่นทั้งหลายก็มีความบริสุทธิ์ที่ว่าเป็นเช่นเดียวกัน ดังท่านพระกาฬุทายีที่ประพันธ์คาถาพรรณนาความงามของธรรมชาติถวาย แต่พระพุทธองค์ได้ ก็เพราะท่านเองมีดวงใจที่ประณีตอย่างนั้น

เมื่อใกล้ก่อนจะประริณพพาน มีเรื่องเกี่ยวข้องกับ พระไตรปิฎกจึงบันทึกเหตุการณ์ที่พระพุทธเจ้าตรัสกับพระอานนท์บ่อยครั้ง ถึงสถานที่อันเป็นรมณีสถาน ที่พระองค์เคยเสด็จผ่านและได้ประทับ ดังคำบาลีว่า “รมณียา อานนท เวสาลี, รมณียํ อุเทนเจตีย์ ...” (อานนท์! เมืองเวสาลี เป็นที่รื่นรมย์, อุเทนเจตีย์ ก็เป็นรมณีย์)

พระไตรปิฎกได้บันทึกบทประพันธ์ของพระอรหันต์ ทั้งพระเถระและพระเถรีไว้มากหลายองค์ ที่กล่าวถึงความสุขของท่านท่ามกลางธรรมชาติ ในแดนป่าเขาลำเนาไพร

ในที่นี้ จะยกคาถาของพระมหากัสสปะมาดูกันเป็นตัวอย่าง พระมหากัสสปะนั้นท่านถือข้อปฏิบัติขัดเกลา ที่เรียกว่าอูตุงค์มากเป็นพิเศษ เริ่มตั้งแต่ข้ออยู่ป่า เป็นตัวอย่างของชีวิตที่เรียบง่าย

เมื่อใจไม่มีกิเลสเช่นที่วาดคิดใฝ่จะเป็นนั้นจะเอาที่เหลือ ความเรียบง่ายที่เป็นของแท้ของจริง ก็ย่อมจะเกิดจะมีขึ้นมาเอง เหมือนเป็นอัตโนมัติ

เมื่อไม่มีความคิดติดกิเลสค้างคาในขวางบังไว้ ใจเปิด เป็นอิสระอยู่ก็อย่างที่ว่าแล้ว คนก็มีความพอใจได้ทันทีเลย กับความดีความงามตามธรรมชาติของมัน ซึ่งไม่จำเป็นต้องมาสนองความต้องการส่วนตัวของเขา

นี่ก็คือ สิ่งที่ท่านเรียกว่า “สภาวะฉันทะ”

เมื่อมีความพอใจนี้ ความสุขซึ่งที่ถึงกันกับธรรมชาติก็มีขึ้นหรือเข้ามาเองทันที ดังคาถาจากใจของพระมหากัสสปะ ที่ยกมาบางส่วนเป็นตัวอย่าง ต่อไปนี้

พระมหากัสสปะ ผู้บาราศอุปาทาน ไร้อาสวกิเลส ทำกิจเสร็จแล้ว กลับจากบิณฑบาต ขึ้นสู่ภูเข เขาจิตพิณิจธรรม

ภาคพื้นภูผา เป็นที่ร่าเริงใจ มีต้นกุ่มมากมายเรียงราย
เป็นทิวแถว มีเสียงช้างร้องก้องกังวาน เป็นรมยสถาน ถิ่น
ขุนเขาทำใจเราให้รื่นรมย์

ขุนเขาสีทมิฬนวลจางเมฆ งามเด่น มีธารน้ำเย็นใสสะอาด
ดาดดาด้วยผืนหญ้าแผ่คลุม มีสีเหมือนแมลงค่อมทอง
ถิ่นขุนเขาทำใจเราให้รื่นรมย์

ยอดภูผาสงูตระหง่านเทียมเมฆ เขียวทมิฬ มองเห็น
เหมือนเป็นปราสาท กัมปนาทด้วยเสียงช้างคำรร้อง เป็นที่
ร่าเริง ถิ่นขุนเขาทำใจเราให้รื่นรมย์

พื้นภูผาน้ำรื่นรมย์ ชุ่มฉ่ำด้วยน้ำฝน เป็นที่อยู่อาศัย
ของเหล่าฤๅษี แซ่แซ่ด้วยเสียงนกยูง ถิ่นขุนเขาทำใจเราให้
รื่นรมย์

แดนดอยถิ่นไพร ไม่พลุกพล่านด้วยผู้คน มีแต่หมู่เนื้อ
เสพออาศัย ดั้นดาไปด้วยหมุ่นกานาหลากหลาย ถิ่นขุนเขา
ทำใจเราให้รื่นรมย์

ผืนแผ่นดินล้าวันหนาใหญ่ เป็นแหล่งน้ำใสสะอาด
เกลื่อนกล่นด้วยค่างและมฤคชาติ ดาดดาไปด้วยสาหร่าย
ถิ่นขุนเขาทำใจเราให้รื่นรมย์ ...

ยามมีกิจมีการมีงานจะพึงทำ ก็ทำด้วยความสุข เมื่อไม่มีเรื่องต้อง
ทำ ก็อยู่กับความสุขที่มีอยู่ตลอดเวลาตามธรรมชาติของมันเอง 🍌

รักของพ่อแม่ ทั้งรักแท้ และรักยั้งยืน

ลูกทุกคนคงเห็นชัดว่า ที่คุณแม่พ่อคุณแม่ทำทุกอย่างให้แก่มื้อนั้น ก็ทำด้วยความรัก เราจึงควรรู้จักความรักของคุณพ่อคุณแม่ให้ดีสักหน่อย เริ่มแรก รู้จักกันไว้ก่อนว่า ความรักนั้น ถ้าแยกตามหลักธรรม ก็แบ่งง่ายๆ ว่า มี ๒ แบบ

ความรักแบบที่ ๑ คือ ความชอบใจอยากได้เข้ามาสนองความต้องการของเรา เพื่อให้ตัวเรามีความสุข ความชอบใจที่จะเอาเขามาบำเรอความสุขของเรา ชอบใจคนนั้นสิ่งนั้นเพราะจะมาสสนองความต้องการเป็นเครื่องบำเรอเรา ทำให้เรามีความสุขได้ ความรักแบบนี้มีมากมายทั่วไป

ความรักแบบที่ ๒ คือ ความอยากให้เรามีความสุข ความต้องการให้คนอื่นมีความสุข หรือความปรารถนาให้คนอื่นอยู่ดีมีความสุข ความรักของพ่อแม่เป็นแบบที่ ๒ นี้ คือ อยากให้ลูกมีความสุข

ความรัก ๒ แบบนี้ แทบจะตรงข้ามกันเลย

แบบที่ ๑ อยากได้เขามาบำเรอความสุขของเรา (จะหาความสุขจากเขา หรือเอาเขาทำให้เราเป็นสุข) แต่

แบบที่ ๒ อยากให้เขาเป็นสุข (จะให้ความสุขแก่เขา หรือทำให้เขาเป็นสุข)

ความรักที่หนุ่มสาวมักผูกพัน คือแบบที่หนึ่ง

แต่ในครอบครัว มีความรักอีกแบบหนึ่งให้เห็น คือ ความรักระหว่างพ่อแม่กับลูก โดยเฉพาะความรักของพ่อแม่ต่อลูก คือความอยากให้ลูกเป็นสุข ความรักชอบใจอยากได้เขามาบำเรอความสุขของเรา ก็คือ **ราคะ** ส่วนความรักที่อยากให้เขาเป็นสุข ท่านเรียกว่า **เมตตา**

ความรัก ๒ แบบนี้ มีลักษณะต่างกัน และมีผลต่างกันด้วย อะไรจะตามมาจากความรักทั้ง ๒ แบบนี้

ถ้ามีความรักแบบที่ ๑ ก็ต้องการได้ ต้องการเอาเพื่อตนเอง เมื่อทุกคนต่างคนต่างอยากได้ ความรักประเภทนี้ ก็จะนำมาซึ่งปัญหา คือความเห็นแก่ตัว และการเบียดเบียนแย่งชิงซึ่งกันและกัน

ส่วนความรักแบบที่ ๒ อยากให้ผู้อื่นเป็นสุข เมื่ออยากให้ผู้อื่นเป็นสุข ก็จะพยายามทำให้เขาเป็นสุข เหมือนพ่อแม่อุทิศ ก็พยายามทำให้ลูกเป็นสุข และเมื่อทำให้ลูกเป็นสุขได้ ตัวเองก็เป็นสุขด้วย

ความรักแบบที่หนึ่ง เป็นความต้องการที่จะหาความสุขให้ตนเอง พอเขามีความทุกข์ลำบากเดือดร้อน หรืออยู่ในสภาพที่ไม่สามารถสนองความต้องการของเราได้ เราก็เบื่อหน่าย รังเกียจ

แต่ความรักแบบที่สองต้องการให้เขามีความสุข พอเขามีความทุกข์เดือดร้อน เราก็สงสาร อยากจะช่วยปลดเปลื้องความทุกข์ ให้เขาพ้นจากความลำบากเดือดร้อนนั้น

ความรักแบบที่หนึ่งนั้น ต้องได้จึงจะเป็นสุข ซึ่งเป็นธรรมชาติของปุถุชนทั่วไป ที่ว่า เมื่อเอาเมื่อได้ จึงมีความสุข แต่ถ้าต้องให้ต้องเสีย ก็เป็นทุกข์

วิถีของปุถุชนนี้ จะทำให้ไม่สามารถพัฒนาในเรื่องคุณธรรม เพราะว่า ถ้าการให้เป็นทุกข์เสียแล้ว คุณธรรมก็มาไม่ได้ มนุษย์จะต้องเบียดเบียนกัน แก้อันตรายสงครมไม่ได้

แต่ถ้าเมื่อไรเราสามารถมีความสุขจากการให้ เมื่อไรการให้กลายเป็นความสุข เมื่อนั้นปัญหาสงครมจะลดน้อยลงไป หรือแก้ไขได้ทันที เพราะมนุษย์จะเกื้อกูลกัน

ตามปกติ การให้คือการสละหรือยอมเสียไป ซึ่งมักต้องฝืนใจ จึงเป็นความทุกข์ แต่พอมีความรักแบบที่สอง ก็ให้ด้วยความสุข ดังนั้น ความรัก

คือเมตตาจึงมาสร้างการเปลี่ยนแปลงใหม่ ทำให้การให้กลายเป็นความสุข

ความรักแบบที่สอง ที่ทำให้คนมีความสุขจากการให้ จึงเป็นความรักที่สร้างสรรค์และแก้ปัญหา


เมื่อมนุษย์มีความสุขจากการให้ จะเป็นความสุขแบบทั้งสองฝ่าย **สุขด้วยกัน** คือ ผู้ให้ก็สุขเมื่อเห็นเขามีความสุข ส่วนผู้ได้รับก็มีความสุขจากการได้รับอยู่แล้ว สองฝ่ายสุขด้วยกัน จึงเป็นความสุขแบบประสาน

ความสุขแบบนี้ดีแก่ชีวิตของตนเองด้วย คือ ตนเองก็มีทางได้ความสุขเพิ่มขึ้น แล้วก็ดีต่อสังคม เพราะเป็นการเกื้อกูลกัน ช่วยให้เพื่อนมนุษย์มีความสุข ทำให้อยู่ร่วมกันด้วยดี

ความรักของพ่อแม่คือ อยากเห็นลูกมีความสุข และอยากทำให้ลูกเป็นสุข แล้วก็มีสุขเมื่อเห็นลูกเป็นสุข

เมื่ออยากเห็นลูกมีความสุข พ่อแม่ก็พยายามทำทุกอย่างให้ลูกมีความสุข วิธีสำคัญอย่างหนึ่งที่จะทำให้ลูกมีความสุข ก็คือการให้แก่ลูก เพราะฉะนั้นพ่อแม่ก็จะมีความสุขในการให้แก่ลูก เพราะการให้นั้นเป็นการทำให้ลูกมีความสุข

ในขณะที่คนทั่วไปต้องได้จึงจะมีความสุข แต่พ่อแม่ให้แก่ลูกก็มีสุข บางทีตัวเองต้องลำบากเดือดร้อน แต่พอเห็นลูกมีความสุข ก็มีสุข ในทางตรงข้าม ถ้าเห็นลูกไม่สบายหรือตกทุกข์ลำบาก พ่อแม่ก็พลอยทุกข์ หาทาทางแก้ไข ไม่มีความรังเกียจ ไม่มีความเบื่อหน่าย และยังทนทุกข์ทนลำบากเพื่อลูกได้ด้วย

รักของพ่อแม่เป็นรักแท้ที่ยั่งยืน ลูกจะขึ้นสูง ลงต่ำ ดี ร้าย พ่อแม่ก็รัก ตัดลูกไม่ขาด ลูกจะไปไหนห่างไกล ยาวนานเท่าใด จะเกิดเหตุการณ์ผันแปรอย่างไร แม้แต่จะถูกคนทั้งโลกเกลียดชัง ไม่มีใครเอาด้วยแล้ว พ่อแม่ผู้ให้กำเนิดก็ยังเป็นอ้อมอกสุดท้ายที่จะโอบกอดลูกไว้ 

ใจดี มีความสุข

ชีวิตที่เป็นอยู่ถูกต้อง หรืออยู่เป็นนั้น ต้องดำเนินไปด้วยดี หรืออยู่ให้ดี ครบทั้ง ๓ แแดน คือ แแดนสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม แแดนจิตใจ และ แแดนปัญญา ทั้ง ๓ แแดนนี้ทำงานไปด้วยกันเป็นชีวิตอันเดียว

ในยุคที่ผ่านมา จะเห็นว่า คนสมัยใหม่ตื่นต้นตื่นใจแดนโน้นที่ แแดนนี้ที่ ก่อนนั้นไม่นานนัก ก็เห็นแดนปัญญา พุดกันนักหนาในเรื่อง IQ จนกระทั่งไม่กี่ปีมานี้เอง ก็หันมาจึ้นในแดนจิตใจ พุดกันนักถึง EQ แล้วก็ emotional intelligence ที่แปลกันว่า “ความฉลาดเชิงอารมณ์” หรือ “ปรีชาเชิงอารมณ์” หรืออะไรทำนองนี้ คือมาเน้นที่ emotion (ถ้าไม่ระวัง จะเหมือนกับมีแพชั้นทางวิชาการ)

Emotion นั้นแปลกันมาว่า “อารมณ์” ซึ่งเป็นคำแปลที่ไม่อยากใช้ในทันที เพราะ “อารมณ์” เป็นคำพระที่เอามาใช้ในภาษาไทย แต่ความหมายเพี้ยนไปจนสับสนกับความหมายเดิม ขอใช้คำเพื่อเลือกกว่า “ภาวะจิตใจ” หรือสั้นๆ ว่า “ภาวะจิต”

เราต้องการให้คนมีจิตใจดี ที่เขาเรียกว่ามี positive emotions (อารมณ์บวก) คือมีภาวะจิตดี หรือภาวะจิตกุศล เช่น มีความรักความปรารถนาดี เอื้อเฟื้อ ร่าเริงแจ่มใส กระตือรือร้น ฯลฯ ไม่ให้มีภาวะจิตอกุศล เช่น โกรธเกลียดกลัว ริษยา เกรี้ยว ซึม เป็นต้น ที่เป็น negative emotions

เพื่อไม่ให้พว่ คุลมเครือ หรือพั่นเผื่อ เราควรรู้หลักในการพัฒนาจิตใจ ซึ่งท่านสอนไว้ชัดเจนว่า เราควรมีภาวะจิตดี หรือภาวะจิตกุศล ที่เป็นพื้นฐานไว้ประจำตัว ๒ ชุด คือ ชุดพัฒนาในตัว ๕ อย่าง กับชุดแผ่ออกนอกตัว ๔ อย่าง

เรียกให้เป็นวิชาการว่า *ภาวะจิตดีเพื่อชีวิต* กับ *ภาวะจิตดีเพื่อสังคม*
ชุดแรก เป็นภาวะจิตดีที่ควรมีประจำอยู่ในตัวตลอดเวลา เพื่อ
ความอยู่ดีของตนเอง และเป็นพื้นฐานของการพัฒนาชีวิตต่อไป

ชุดนี้ พุทธศาสนาเน้นมากกว่า เป็นเครื่องวัดความก้าวหน้าของการ
พัฒนาจิตใจ คนไหนที่ไปปฏิบัติธรรม ถ้ายังไม่ได้คุณสมบัติ ๕ อย่างนี้
ถือว่ายังไม่ประสบความสำเร็จ (ยังไม่ก้าวหน้าด้วยซ้ำ) ได้แก่

๑. *ปราโมทย์* คือ ความร่าเริงเบิกบานใจ ข้อนี้เป็นพื้นใจเลย
ทุกคนควรมีภาวะจิตนี้เป็นประจำ

ปราโมทย์นี้สำคัญมาก พระพุทธเจ้าตรัสว่า “ปาโมชฺชพฺหุโล ภิกฺขุ
ทุกฺขสฺสทนฺตํ กริสฺสตี” แปลว่า ภิกษุผู้มากด้วยปราโมทย์จะทำทุกขให้
หมดสิ้นไป ทุกคนจึงควรมีจิตใจที่ร่าเริงเบิกบานอยู่เสมอ

๒. *ปีติ* คือ ความอิมใจ ปลื้มใจ หมายความว่า เวลาทำงานทำการ
ถ้าจิตของเราไม่ตั้งไว้ผิด ใจของเราไม่ฟุ้งเพ้อ ไม่ไปมัวหวังเพ้อกับกาลข้างหน้า
เราจะได้อิมใจจากงานที่ทำ เราทำงานไป งานก็เดินหน้าไป จิต
ของเราก็ปีติ อิมใจไปกับงานที่เดินหน้านั้น ถ้าได้ผลสำเร็จสำคัญ ก็ปลื้มใจ

๓. *ปัสสัทธี* คือ ความผ่องคลาย เรียบรื่น สงบเย็น ไม่เครียด
ข้อสามนี้ ตรงข้ามกับที่เราเป็นปัญหาแก่นักในปัจจุบัน อย่างที่บ่นกันว่า
คนมักจะเครียด แสดงว่าดำเนินชีวิตผิด

เราบอกว่าโลกเจริญ ถ้าเจริญจริง คนก็ต้องมีชีวิตที่ดีขึ้น คือต้อง
ดำเนินชีวิตถูก ใจต้องสบาย ไม่เครียด ต้องมีปัสสัทธี

สามข้อนี้ตามกันมาเองโดยธรรมชาติ เมื่อมีปราโมทย์แล้ว ปีติก็
เกิดได้ พอมีปีติ อิมใจ ปลื้มใจแล้ว ปัสสัทธีก็ตามมาเองโดยอัตโนมัติ
คือจะรู้สึกผ่องคลายสงบเย็น

มีแง่พิเศษว่า ปัสัทธินี้เป็นข้อที่โยงระหว่างกายกับใจ คือพอเกิด ปัสัทธิแล้ว ความผ่อนคลายก็จะมีทั้งทางกายและทางใจ (ความเครียด ก็เช่นเดียวกัน ถ้าเกิดความเครียดแล้ว ก็จะทำให้เครียดทั้งกายและใจ)

๔. **สุข** คือ ความแจ่มใสรื่นเริงใจ พอมีปัสัทธิผ่อนคลายแล้ว คนก็มีความสุข แล้วความสุขก็เป็นตัวเอื้อเปิดโอกาสให้จิตเป็นสมาธิ

๕. **สมาธิ** คือ ภาวะจิตตั้งมั่น แน่ว อยู่ตัว ไม่มีอะไรรบกวน จะคิด จะพิจารณา จะทำอะไร ใจก็อยู่กับเรื่องนั้น ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่วอกแวกหวั่นไหว เข้าที่ อะไรๆ รบกวนไม่ได้ อยู่กับสิ่งที่ต้องการได้ตามต้องการ

ดูง่าย ๆ ว่า จิตที่เป็นสมาธิ ก็คือจิตที่อยู่กับสิ่งที่ต้องการได้ตามต้องการ และจิตนั้นไม่ถูกรบกวน หรืออะไรๆ มากวนมันไม่ได้

เป็นอันว่า คุณสมบัติ ๕ อย่างนี้ ควรทำให้มีในจิตใจอยู่เสมอ เป็น ภาวะจิตที่ดี จะเรียกว่าสุขภาวะทางจิตก็แล้วแต่ คือ **ปราโมทย์ ปิติ ปัสัทธิ สุข สมาธิ**

พอจิตเป็นสมาธิแล้ว ก็เป็น “กัมมณีย์” (หรือ กรรมณีย์) แปลว่า ควรแก่งาน คือเป็นจิตที่เหมาะสมแก่การใช้งาน หรือใช้งานได้ดี ถ้าเอาไปใช้งานทางปัญญา ก็จะถูกต้องและดีที่สุด เป็นไปตามระบบของการพัฒนาชีวิต

ควรย้ำว่า ทุกคนอยากมีความสุข ถ้าความสุขมากับภาวะจิตดีข้อ อื่นๆ ในชุดนี้ครบทั้งห้าอย่าง ก็จะเป็นความสุขที่มีความปลอดภัยสูง และมีศักยภาพที่จะพัฒนาเป็นความสุขที่มากและสูงขึ้นไปอีกไกลทีเดียว ❀

ใจดี ให้เขามีความสุข

ใจเรานี่ ต้องอยู่กับตัวเองข้างในด้วย และต้องนึกคิดต่อคนอื่นข้างนอกด้วย ดังนั้น ในการพัฒนาจิตใจ ท่านจึงให้เราฝึกภาวะจิตดี หรือ ภาวะจิตกุศล ไว้เป็นพื้นฐานประจำตัวทั้งสองด้าน ดังนั้น จึงมีภาวะจิตดี ๒ ชุด คือ ชุดพัฒนาในตัว ๕ อย่าง กับชุดเผื่ออกนอกตัว ๔ อย่าง แล้วสองชุดนั้นก็ป้จจัยหนุนกันและกันในการพัฒนาชีวิตของเรา

ภาวะจิตดีชุดในตัวได้พูดไปแล้ว ทีนี้ ชุด ๒ ที่เผื่ออกนอกตัว ๔ อย่าง เราควรมีไว้ เพื่อการสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนมนุษย์ และเป็นพื้นฐานของการช่วยผู้อื่นให้พัฒนา พร้อมกันนั้นมันก็แสดงถึงการพัฒนาของตัวเอง

ธรรม คือคุณสมบัติ ที่พึงพัฒนาขึ้นไว้เป็นพื้นฐานในการสัมพันธ์ทางสังคม ก็คือภาวะจิตที่เรียกว่า *พรหมวิหาร ๔* ซึ่งคนไทยได้ยินชื่อกันจนคุ้น แต่ก็มักเข้าใจคลาดเคลื่อนไปไกลด้วย ในที่นี้ จะพูดกันแค่หัวข้อและคำอธิบายย่อ ดังนี้

๑. เมตตา คือ *ความรัก* ความปรารถนาดี อยากให้เขามีความสุข ความมีใจแผ่เมตริ และเฝ้ทำประโยชน์แก่ผู้อื่น

๒. กรุณา คือ *ความสงสาร* อยากช่วยเขาให้พ้นทุกข์ ใฝ่ใจจะปลดเปลื้องบำบัดความทุกข์ยากเดือดร้อนของผู้ประสบทุกข์

๓. มุทิตา คือ *ความชื่นบานพลอยยินดี* เมื่อเขาอยู่ดีมีสุข ก็มีใจร่าเริงบันเทิงด้วย ชื่นชมต่อผู้ที่ทำความดีงามประสบความสำเร็จ พลอยเบิกบานยินดีด้วย มีใจส่งเสริมเมื่อเขาได้ดีมีสุข เจริญอกงามยิ่งขึ้นไป

๔. อุเบกขา คือ *ความมีใจเป็นกลาง* วางตัวตั้งอยู่ในธรรมตามที่ได้พิจารณาเห็นด้วยปัญญา คือมีจิตเรียบตรงเที่ยงธรรมดุจตราฐ ไม่เอนเอียง

ด้วยรักหรือชัง พิจารณาเห็นกรรมที่สัตว์ทั้งหลายกระทำแล้ว อันควรได้รับผลดีหรือชั่ว สมควรแก่เหตุที่ตนประกอบ พร้อมทั้งจะวินิจฉัยและปฏิบัติไปตามธรรม รวมทั้งรู้จักวางเฉยสงบใจมองดู ไม่เข้าไปก้าวก่ายแทรกแซงในเมื่อไม่มีกิจที่ควรทำ เพราะเขารับผิดชอบตัวได้ดีแล้ว เขาสมควรรับผิดชอบตนเอง หรือเขาควรได้รับผลอันสมกับมารับผิดชอบของตน

ใครมีธรรมครบ ๔ ข้อนี้ ถ้าปฏิบัติถูกต้อง ก็จะมีใจที่แผ่กว้างขวางครอบคลุมสรรพสัตว์ หรือคนสัตว์ทุกถ้วนหน้า เป็นจิตใจที่สากลที่ว่าเป็นสากลครอบคลุมทั้งหมดนั้น นอกจากที่ทุกคนสมควรเสมอกันแล้ว ก็เพราะครบทุกสถานการณ์ ซึ่งมีวิธีต่างๆ ดังนี้

๑. เมตตา มีต่อคนสัตว์ ในสถานการณ์ที่เขาอยู่เป็นปกติ
๒. กรุณา มีต่อคนสัตว์ ในสถานการณ์ที่เขาตกทุกข์ได้เดือดร้อน
๓. มุทิตา มีต่อคนสัตว์ ในสถานการณ์ที่เขาได้ดีมีสุขเจริญยิ่งขึ้น
๔. อุเบกขา มีต่อคนสัตว์ ในสถานการณ์ที่เขาพึงรับผิดชอบกรรมที่เขาทำ

การที่เรามีธรรมชุดนี้ สาระก็อยู่ที่ต้องการให้เพื่อนร่วมโลกหรือร่วมสังคมมีความสุข ให้คนอื่นสัตว์อื่นทุกคนทุกคนเป็นสุขกับเราด้วย

ถ้ามีธรรมชุดนี้ ความสุขของเขาก็เป็นความสุขของเราด้วย เช่น เมตตาคืออยากให้เขาเป็นสุข พอเห็นเขาเป็นสุข เราก็เป็นสุขด้วย จึงเป็นความสุขร่วมกัน แล้วก็ซัดด้วยว่า ภาวะจิตดีเพื่อสังคมชุดนี้ กลับไปหนุนภาวะจิตดีเพื่อชีวิตให้พัฒนามากขึ้น เช่น เราช่วยเขาได้ เราก็ยิ่งอึดใจปลื้มใจ มีความสุข แล้วใจเราก็สงบ (ทั้งสี่ข้อนี้ ใช้ฝึกสมาธิได้หมด)

ทั้งนี้ ไม่ใช่สุขเรื่อยเปื่อย แต่ให้สุขในความดีงามถูกต้องชอบธรรม หรือมีสุขที่เป็นธรรม เฉพาะอย่างยิ่งให้เป็นความสุขที่เกื้อหนุนการพัฒนาชีวิตของเขาเอง และไม่ใช้สุขเฉพาะตัว แต่เอื้อให้ทั้งโลกเป็นสุข 😊

จิตใจที่ผ่อนคลายมีสุขภาพ

จิตใจที่ดี หรือภาวะจิตกุศล ไม่ว่าจะจะเป็นความร่าเริง เบิกบาน ผ่องใส ปราโมทย์ ปีติ ที่เป็นชุดพัฒนาในตัว ก็ตาม จะเป็นเมตตา กรุณา เป็นต้น ที่เป็นชุดแผ่ออกไปนอกตัว ก็ตาม นอกจากมีความสำคัญ ในการพัฒนาจิตใจ เอื้อต่อการทำงานของปัญญา และช่วยให้คนอยู่ร่วมกันร่มเย็นเป็นสุขแล้ว ก็ส่งผลดีต่อร่างกาย เกื้อหนุนสุขภาพกายด้วย

ไม่ว่าใครก็คงรู้ว่า การทำงานของจิตใจอาศัยระบบของร่างกาย และภาวะจิตใจมีความสัมพันธ์ส่งผลต่อกันกับระบบของร่างกายนั้น

เมื่อคนโกรธ (มีภาวะจิตโกรธ หรือจะยังใช้คำว่ามีอารมณ์โกรธ ก็แล้วแต่) กล้ามเนื้อจะเครียดแข็งเกร็ง แม้แต่กล้ามเนื้อหน้า หัวใจเต้นแรง หายใจแรงและเร็ว เกิดความเข้ร้อน ระบบการเผาผลาญทั้งหมดเร่งทำงานหนัก ฯลฯ เลือดคั่ง ลมขัด

ในระยะยาว ถ้ามักโกรธ หงุดหงิด ร่างกายจะทรุดโทรมไว แก่เร็ว อาจเป็นโรคบางอย่างง่าย เช่น เป็นแผลในกระเพาะอาหาร

ในทางกลับกัน ถ้าโกรธหรือกลัวขึ้นมา แต่ตั้งสติได้ ค่อยๆ ผ่อนคลายใจ โดยหายใจเข้า-ออกยาว ช้าๆ สม่่าเสมอ อากาศเครียดเกร็ง เป็นต้น ของร่างกาย ก็จะบรรเทาลง แม้แต่อาการประหม่าก็อาจหายไป และภาวะจิตก็จะดีขึ้นด้วย เรียกว่า ผ่อนคลายสบายขึ้นทั้งองค์กายพห

อย่างง่ายๆ ถ้ากายเครียด ใจก็เครียดด้วย ถ้าใจเครียด กายก็เครียดด้วย

ตรงข้ามกับความโกรธ ก็คือเมตตา พอเมตตาเกิดขึ้นในใจ กล้ามเนื้อทั้งหลายได้พัก การหายใจเรียบรื่น การเผาผลาญลดน้อย

ความสงบเย็นเกิดขึ้น ทั้งระบบของร่างกายผ่อนคลาย เลือดลมเดินดี

ถ้ามีเมตตาประจำใจในระยะยาว นอกจากแก่ช้ำแล้ว ก็จะมีบุคลิกภาพอ่อนโยน มีเสน่ห์ หรือชวนคบหา และให้เกิดความสุขแก่ผู้เข้ามาใกล้ชีวิตด้วย


คนที่มีภาวะจิตอกุศล (ภาวะจิตด้านลบ - negative emotions) เช่น รุน่งาน หงุดหงิด ซี้โกรธ โสภเคราะห์ ห่วงกังวล เบื่อหน่าย ท้อแท้หมดกำลังใจ ฯลฯ นอกจากร่างกายจะทรุดโทรมไปชั้นหนึ่งแล้ว บางที่ยังทำให้เบื่ออาหาร เป็นต้น ซ้ำเข้าอีกชั้นหนึ่งด้วย ทำให้เกิดผลเสียร้ายแรง อาจจะเสื่อมสุขภาพกายถึงขั้นเสี่ยงชีวิตก็ได้

แต่ในทางตรงข้าม คนมีภาวะจิตดี เอาที่ชัดๆ เช่น มีปิติ อิ่มใจ ปลื้มใจ ถึงแม้กายจะอด ก็อยู่ดีได้นาน แถมมีผิวพรรณผ่องใสด้วย

มีเรื่องตัวอย่างว่า ครั้งหนึ่ง พระพุทธเจ้าเสด็จเข้าไปบิณฑบาตในหมู่บ้านพราหมณ์แห่งหนึ่ง ไม่ทรงได้รับอาหารเลย เสด็จกลับออกมาโดยมีบาตรเปล่า มารมาเยาะ พระพุทธเจ้าตรัสว่า (ส.ส.๑๕/๔๖๗/๑๖๗)

เราทั้งหลายไม่มีอะไรกังวล อยู่เป็นสุขสบายนักหนา
จะมีปิติเป็นภักษา เหมือนดังเหล่าเทวาพวกอภัสสรพรหม

ตัวอย่างง่ายๆ เห็นกันทั่วไป คือคนเจ็บไข้ ที่มีกำลังใจดี หรือมีเรื่องมีข่าวให้ดีใจ ปลื้มใจ หรือเกิดกำลังใจ แล้วมีอาการฟื้นดีขึ้นทันตา หรือหายวันหายคืน

ในทางตรงข้าม ผู้ป่วยอีกมากมาย ทั้งที่โรคร้ายไม่ทรุดหนักนักหนา แต่จิตใจเสียขึ้นมา หมดกำลังใจ เลยทรุดหนักลงไปเร็วไวเห็นกับตา เรื่องอย่างนี้ หลายท่านรู้เห็นมา และเล่าได้ดี จึงไม่ต้องบรรยาย 

นักแก้ปัญหา เริ่มด้วยปัญญาที่รู้ทุกข์

พอมองที่หลักอริยสัจก็เห็นว่า พระพุทธศาสนาเริ่มต้นที่ทุกข์
บางทีคนภายนอก หรือแม้แต่คนภายในนี้เอง มองว่าพระพุทธ
ศาสนาสอนแต่เรื่องทุกข์ อะไรก็เป็นทุกข์ ชีวิตก็เป็นทุกข์

บางคนพูดถึงพระพุทธศาสนาว่าเป็น pessimism คือมองโลกแง่ร้าย
ตำราฝรั่งหลายเล่มเริ่มเรื่องว่าพระพุทธศาสนามองชีวิตเป็นทุกข์ บอกว่า
life หรือ existence เป็น suffering อะไรทำนองนี้ ซึ่งชวนให้เข้าใจผิด

ตรงนี้ชาวพุทธเองจะต้องชัดเจน

ก่อนจะชี้แจงอะไร ขอตั้งข้อสังเกตอย่างหนึ่งว่า

คนพวกที่ไม่ได้เรียนพระพุทธศาสนาในแง่ของตำรับตำราหรือ
ทฤษฎี ถ้าอยู่ๆ เข้ามาเมืองไทย อาจจะได้ภาพของพระพุทธศาสนาที่เขา
ประทับใจในทางตรงกันข้ามกับพวกที่อ่านหนังสือ

พวกที่อ่านหนังสืออาจเข้าใจว่า พระพุทธศาสนาที่สอนอะไรต่อ
อะไรให้มองชีวิตเป็นทุกข์ ไม่สบายเลย

แต่พวกที่ไม่ได้อ่านหนังสือ อยู่ๆ เข้ามาเมืองไทย เพียงแต่รู้ว่า
เมืองไทยเป็นเมืองพุทธ พอมາเห็นคนเมืองไทยยิ้มแย้มแจ่มใส อย่างที่
เรียกว่าเป็น the land of smile สยามเมืองยิ้ม เลยรู้สึกว่าการไทยเป็นสุข

เคยมีฝรั่งหนุ่มสาวไปหาอาตมาที่วัด ไม่รู้จักกัน ไม่รู้ว่าใครแนะนำ
ไป ถามเขาว่ามาทำไม

เขาบอกว่าเขาอยากรู้เรื่องพระพุทธศาสนา ก่อนมาไม่ได้สนใจ แต่
มาแล้ว ตอนเข้ายืนที่หน้าต่าง มองลงไป เห็นคนไทยหน้าตายิ้มแย้มแจ่ม
ใส คุณคนไทยมีความสุขดี พุทธศาสนาสอนอะไรทำให้คนไทยมีความสุข

บางรายถึงขนาดบอกว่า เขาไปเที่ยวตามบ้านนอก ไปเห็นแม่แต่งงานศพ สนุกสนานกันจัง (อาจจะมากไปหน่อย!) เมืองฝรั่งไม่เป็นอย่างนี้ เวลาถึงงานศพ ฝรั่งหน้าตาเคร่งเครียดเหลือเกิน จิตใจไม่สบายเลย

นี่เป็นความประทับใจ สำหรับคนที่มาเห็นภาพในชีวิตจริงว่าชาวพุทธมีความสุข ตรงกันข้ามกับเมืองฝรั่งที่มีแต่หน้าตาเคร่งเครียด ยิ้มยาก มีความทุกข์มาก เป็นโรคจิตมาก

จะโยงอย่างไร ให้สุขกับทุกข์รวมอยู่ในภาพของพระพุทธรูปศาสนาอันเดียวกัน ถ้าจับหลักได้ จะไม่มีปัญหาในเรื่องนี้

คำตอบอยู่ที่หลักกิจในอริยสัจ หรือหน้าที่ต่ออริยสัจ

เมื่อพูดถึงอริยสัจสี่ ก็ต้องพูดถึงหน้าที่ต่ออริยสัจด้วย จะรู้หรืออริยสัจอย่างเดียวไม่ได้ ต้องรู้หน้าที่ต่ออริยสัจและปฏิบัติหน้าที่นั้นให้ถูกต้องจนเสร็จสิ้นด้วย การเรียนอริยสัจโดยไม่รู้หน้าที่ต่ออริยสัจจะทำให้สับสน

พระพุทธรูปศาสนาสอนอริยสัจสี่ เริ่มด้วยทุกข์

หน้าที่ต่อทุกข์ ได้แก่ ปริญา คือ ต้องรู้ทันมัน

เมื่อมีปัญหา ถ้าเราจะแก้ไข ก็ต้องรู้เข้าใจมันก่อน จึงจะแก้ไขได้ ปัญหาจึงเป็นสิ่งที่เราต้องรู้เข้าใจ ต้องจับจุดปัญหาให้ได้

นี่คือที่ว่า ทุกข์ เราต้องรู้เท่าทัน แต่เราไม่มีหน้าที่เป็นทุกข์

ไม่เฉพาะตัวปัญหาเท่านั้น เราจะต้องรู้เข้าใจสิ่งที่เกี่ยวข้องกับปัญหา สิ่งซึ่งเป็นที่ตั้งของปัญหา คือรู้เท่าทันชีวิตสังขาร หรือรู้เท่าทันโลก

ทั้งหมดนี้เป็นเรื่องของการรู้ หน้าที่ต่อทุกข์มีอย่างเดียวกันคือ

ปริญา พุดง่ายๆ **ทุกข์ สำหรับปัญญารู้..** จบแค่นี้

ถ้าใครเอาทุกข์มาเข้าตัว ใครทำตัวให้เป็นทุกข์ แสดงว่าปฏิบัติผิดหลัก ไม่มีที่ไหนพระพุทธเจ้าสอนให้คนเป็นทุกข์ สอนแต่ให้รู้เท่าทันทุกข์ เพื่อจะได้แก้ไขมัน



ทุกข์ ต้องมองให้เห็น – สุข ต้องมีให้เป็น

สุขตรงข้ามกับทุกข์ สุขอยู่ในอริยสังขข้อไหน สุขอยู่ในข้อนิโรธ คือในข้อจุดหมาย

แต่เราไม่นิยมใช้คำว่าสุข เพราะสุขนี้เป็นสัมพัทธ์ตลอด เป็น relative เพราะตราบใดที่มีสุข ก็หมายความว่ายังมีทุกข์แฝง ปน หรือเป็นคู่ชิง เป็นตัวเล็อกอยู่ คือยังไม่พ้นทุกข์ ยังไม่ชัดว่าทุกข์หมดหรือยัง

แต่ถ้าเมื่อไรทุกข์ไม่มีเหลือ อันนี้จะพูดว่าสุขหรือว่าอะไรก็แล้วแต่ ถ้าพูดว่าสุข ก็พูดเชิงเทียบ คือหมายถึงสุขสมบูรณ์ ไม่มีทุกข์เหลือเลย

นิโรธนั้น ที่แท้ไม่ใช่แปลแค่ดับทุกข์ เพราะถ้าดับทุกข์ ก็แสดงว่าเรามีทุกข์ จึงต้องดับมัน แล้วก็ต้องคอยดับกันอยู่เรื่อย

ขอให้สังเกตว่า “นิโรธ” แท้ แปลว่า *การไม่เกิดขึ้นแห่งทุกข์*

จุดหมายของพระพุทธศาสนา คือภาวะไร้ทุกข์ ไม่มีทุกข์เหลือ ไม่มีการเกิดขึ้นแห่งทุกข์อีกต่อไปเลย

ระหว่างปฏิบัติ ที่ยังเป็นสัมพัทธ์ ทุกข์ก็น้อยลงๆ และสุขมากขึ้นๆ เป็นความก้าวหน้าไป ฉะนั้น สุขจึงจัดอยู่ในฝ่ายนิโรธ อยู่ข้างจุดหมาย

หน้าที่ต่อนิโรธ คือ “สังนิกริยา” แปลว่า ทำให้ประจักษ์แจ้ง คือทำให้ประจักษ์กับตัว หรือบรรลุถึง *สุขจึงเป็นภาวะที่เราควรมีเพิ่มขึ้น ๆ*

ฉะนั้น ในชีวิตจริง คือภาคปฏิบัติ ชาวพุทธจึงต้องมีสุขมากขึ้น และทุกข์น้อยลงไปเรื่อยๆ นี่คือการที่เราดูพุทธศาสนาในเชิงปฏิบัติ ซึ่งเป็นชีวิตจริง ฝรั่งจึงเห็นชาวพุทธมีความสุขยิ้มแย้มแจ่มใส

แต่ก็ต้องระวังด้วย ถ้ายังไม่เป็นความสุขแท้ ที่ไร้ทุกข์ ก็อย่างที่บอกแล้วว่า เป็นความสุขที่ยังมีทุกข์แอบแฝงหรือคอยแข่งคอยแซง ยังกลับ

กลายเป็นทุกข์ได้ จึงยังจัดอยู่ในจำพวกทุกข์ด้วย หมายความว่า เรายังต้องอยู่กับมันด้วยความรู้เท่าทัน เพราะยังต้องจัดการ ต้องแก้ไขพัฒนาต่อไป

สุขที่ยังแฝงทุกข์นี้ ถ้าอยู่กับมันโดยไม่ใช้ปัญญารู้เท่าทัน เราก็จะตกอยู่ในความประมาท ลุ่มหลงมัวเมา กลายเป็นโทษ ก็คือทุกข์นั่นเอง

ที่ฝรั่งเห็นคนไทยเป็นสุขสนุกกันนักนั้น ไม่ใช่ดีเสมอไป บางครั้งคงจะเป็นเพียงความประมาทที่ว่านี่ เท่านี้เอง


พระพุทธเจ้าทรงให้หลักไว้แล้วว่า ถ้าเป็นความสุขที่ชอบธรรม ก็เสพมันเถิด แต่อย่าติดหลง อย่าสยบ เฉพาะอย่างยิ่ง ต้องไม่ลืมเอาใจใส่ที่จะก้าวไปกำจัดเหตุแห่งทุกข์ให้หมดสิ้น

พุทธศาสนิกต้องจับหลักเรื่องกิจหรือหน้าที่ต่ออริยสัจให้ชัดว่า...

๑. **ทุกข์** เรามีหน้าที่ **ปริยญา** รู้ทัน ศึกษาให้เข้าใจว่ามันอยู่ที่ไหน มันเป็นอย่างไร จับตัวมันให้ชัด เพื่อให้พร้อมที่จะแก้ไข
๒. **สมุทัย** สาเหตุของทุกข์นั้น เราจึงมีหน้าที่ **ปหานะ** กำจัดแก้ไข
๓. **นิโรธ** เรามีหน้าที่ **สังฉิกิริยา** ทำให้ประจักษ์แจ้ง หรือทำให้เป็นจริงขึ้นมา เป็นสุขมากขึ้นๆ จนบรรลุลจุดหมายที่ไร้ทุกข์
๔. **มรรค** ข้อนี้เท่านั้นที่เรามีหน้าที่ **ภาวนา** คือปฏิบัติ ลงมือทำ

สรุปความว่า พระพุทธศาสนาสอนเรื่องทุกข์ไว้สำหรับปัญญา รู้ แต่สอนเรื่องสุขสำหรับให้เรามีชีวิตเป็นจริงอย่างนั้น

พูดอย่างสั้นว่า **พุทธศาสนาสอนให้รู้ทันทุกข์ และให้อยู่เป็นสุข หรือ** ให้สั้นกว่านั้นอีกว่า **พุทธศาสนาสอนให้เห็นทุกข์ แต่ให้เป็นสุข คือ **ทุกข์สำหรับเห็น แต่สุขสำหรับเป็น****

เพราะฉะนั้น ต้องมองพระพุทธศาสนาว่าเป็นศาสนาแห่งความสุข ไม่ใช่ศาสนาแห่งความทุกข์ ถ้าจับจุดไม่ถูก ก็เข้าใจพลาด แล้วเตลิดไปเลย 

วัตถุนีเรื่องใหญ่ ต้องจัดการให้ดี

วัตถุเป็นเรื่องใหญ่ มีความสำคัญมาก ในทางธรรม ท่านไม่มองข้ามความสำคัญข้อนี้ เฉพาะอย่างยิ่ง วัตถุซึ่งเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับชีวิต ที่เรียกว่าปัจจัยสี่ กล่าวคือ อาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย ยาบำบัดโรค

ในพระพุทธศาสนา มองวัตถุว่าสำคัญมากแค่ไหน ดูได้ที่วินัยของพระ ซึ่งบอกให้เราเห็นว่า แม้แต่ในชีวิตของพระสงฆ์ ที่จัดว่ามีความต้องการด้านวัตถุน้อยที่สุดแล้ว ปัจจัยสี่ก็ยังเป็นเรื่องที่มีความสำคัญยิ่ง

วินัยของพระที่ตั้งครั้งตั้งก่อน ว่าด้วยเรื่องปัจจัยสี่ ในคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้านั้น เริ่มต้นทีเดียวท่านว่าจะต้องจัดสรรเรื่องปัจจัยสี่ให้เรียบร้อย ไม่อย่างนั้นแล้วมันจะยุ่ง แต่ถ้าจัดดีแล้ว มันจะเป็นฐาน ทำให้เราสามารถก้าวไปสู่ชีวิตที่ดีงาม มีการพัฒนาอย่างอื่นต่อไปได้ จึงขอให้เรามองดูวินัยของพระเป็นแบบอย่างในเรื่องนี้

จะเห็นว่า ปัจจัยสี่มีความสำคัญในขอบเขตหนึ่ง คือ พระพุทธศาสนาไม่ได้ยึดติดแค่นั้น แต่ท่านให้ถือเป็นฐานที่สำคัญ

ปัจจัยสี่สำคัญ แต่ไม่ใช่ทั้งหมด คนเราไม่ใช่อยู่แค่วัตถุ ส่วนบางคนก็ไม่เห็นความสำคัญของวัตถุเอาเสียเลย ก็ไม่ถูกต้องเหมือนกัน

ให้ระลึกถึงว่า คำสอนของพระพุทธศาสนา นี้ จะครบทั้งหมด ต้องเป็นพระ**ธรรมวินัย** คือ ต้องประกอบด้วยธรรมและวินัย ครบทั้งสองอย่างจึงจะเป็นพระพุทธศาสนา วินัย ซึ่งเกี่ยวข้องกับวัตถุ จึงเป็นส่วนหนึ่งหรือด้านหนึ่งในหลักใหญ่ ๒ อย่างของพระพุทธศาสนา

วินัยนั้น ก็ว่าด้วยเรื่องที่ว่ามานี้แหละ คือ การจัดสรรในด้านวัตถุ หรือรูปธรรม เรื่องระเบียบชีวิต และระบบกิจการ ทั้งของบุคคล ชุมชน

และสังคมทั้งหมด เกี่ยวกับเรื่องความเป็นอยู่ และสภาพแวดล้อม เริ่มตั้งแต่เรื่องปัจจัยสี่เป็นต้นไป

ที่นี่ ที่ว่าสำคัญมากแต่ไม่ใช่ทั้งหมดนั้น อยากให้ชัดหน่อยว่า สำคัญแค่ไหน บางคนอาจบอกว่าเท่าที่จำเป็น แต่คำว่า “จำเป็น” นั้น ก็สื่อไม่ชัด

ที่จริง สำคัญแค่ไหน ก็บอกชัดเจนอยู่แล้วในคำว่า “ปัจจัย” นั้นเอง และยิ่งกว่านั้น ในวินัยของพระ ยังมีคำเฉพาะสำหรับเรียก ปัจจัย ๔ สำหรับพระอีกว่า นิสสัย ๔

ทั้ง “ปัจจัย” และ “นิสสัย” สื่อความหมายชัดให้เราเห็นว่า ท่านถือเรื่องวัตถุว่าสำคัญแค่ไหน เท่าใด

“ปัจจัย” แปลว่า ตัวหนุนให้เกิดผล ตัวเอื้อ เงื่อนไข เครื่องเกื้อหนุน

“นิสสัย” แปลว่า ที่อาศัย สิ่งที่ต้องพึ่งพา เครื่องค้ำจุน

หมายความว่า เรามีจุดหมาย เรามีกิจมีหน้าที่ หรือมีสิ่งที่จะทำให้สำเร็จ วัตถุเหล่านี้ ก็มาเป็นที่ซึ่งเราจะได้พึ่งพา ได้อาศัย ซึ่งจะช่วยเกื้อหนุนให้เราสามารถทำสิ่งที่ต้องการได้สำเร็จ จนบรรลุจุดหมายที่ตั้งไว้

สำหรับพระสงฆ์ ก็ชัดเลยว่า ท่านได้อาศัยวัตถุเหล่านี้แล้ว ก็จะได้มีกำลัง มีความพร้อม มีเครื่องช่วยให้สามารถศึกษา ดำเนินชีวิตแห่งการฝึกฝนพัฒนาตนในไตรสิกขา ปฏิบัติขัดเกลาก่อน ตลอดจนจาริกไปแสดงธรรมสั่งสอนประชาชน

พูดง่ายๆ ว่า วัตถุทั้งหลายนั้น เป็นปัจจัย มิใช่เป็นจุดหมาย เป็น means ไม่ใช่เป็น end

เมื่อมันเป็นปัจจัย ก็เท่ากับมันบอกขอบเขต เช่นปริมาณเสร็จไปด้วยเลยว่า แค่นี้จะ “พอดี” คือ พึ่งใช้พึ่งมีเท่าที่เพียงพอที่จะเกื้อหนุนให้เราได้อาศัยมันแล้วสามารถก้าวหน้าหรือก้าวขึ้นไปถึงจุดหมายได้ด้วยดี

ตรงข้ามกับพวกที่เอาวัตถุเป็นจุดหมาย หรือพวกที่อยู่อย่างเลื่อนลอยเหมือนกับว่าชีวิตและสังคมจบที่วัตถุ ซึ่งหาจุดพอดีไม่ได้ ไม่มีขอบเขต แล้วไปๆ มาๆ ก็ฟุ้งเพื่อ หลงระเหิงมัวเมา มีแต่เสื่อมลงไป (ปัจจุบันนี้ ก็ดูเหมือนอาจจะไม่รู้ตัวว่า กำลังพากันยึดเอาวัตถุเป็นจุดหมาย)

บอกแล้วว่า สำหรับพระสงฆ์นั้น ชัดว่าวัตถุแค่นี้ไหนเพียงพอ เท่าไหนพอดี ที่จะปึงจัยให้อาศัยก้าวไปสู่จุดหมาย


แต่ชาวบ้าน มีจุดหมายกิจการหน้าที่ต่างจากพระสงฆ์ เพราะฉะนั้น จุดเพียงพอหรือพอดีจึงไม่เท่ากับพระ และชาวบ้านเอง ก็มีความแตกต่างกันหลากหลาย เป็นชาวเมือง เป็นชาวนา เป็นแพทย์ เป็นนายกเทศมนตรี ฯลฯ

แต่ทั้งหมดนี้ ไม่ว่าใคร เมื่อได้หลักแล้ว การจะบอกว่าเราควรพึ่งอาศัยวัตถุแค่ไหน ก็ไม่ยากอะไรนัก ขอให้มันช่วยให้ทำกิจการหน้าที่บำเพ็ญคุณความดีมีชีวิตที่สร้างสรรค์มรณเป็นสุขกับครอบครัวในสังคมได้ก็แล้วกัน

ชีวิตและสังคมไม่ใช่จะอยู่แค่กับวัตถุ แต่จะต้องอาศัยวัตถุนั้นก้าวขึ้นไปในความดีงามหรือคุณค่าทางจิตใจและทางปัญญา ในนามแห่งวัฒนธรรม และอารยธรรม เป็นต้น

เมื่อวัตถุพร้อมพอแล้ว ทางที่จะเดินไปข้างหน้าก็ยิ่งอีกยาวไกลกว่าจะได้สัมฤทธิ์ภาวะซึ่งเรียกว่าประเสริฐ ที่สมกับความเป็นมนุษย์

เป็นอันว่า ชาวพุทธจะต้องให้ความสำคัญกับเรื่องวัตถุ ว่าเราจะดำเนินการกับปัจจัยสี่ จัดสรรมันอย่างไร เพื่อทำให้เป็นฐานอันมั่นคงที่เราจะได้ก้าวต่อไปด้วยดี พัฒนาสูงขึ้นไปในด้านจิต และในด้านปัญญา

พูดภาษาพระก็ได้ว่า เอวินัยมาจัดการช่วยให่มนุษย์ก้าวไปในธรรมเพื่อความมีชีวิตที่ดีงามประเสริฐ แม้กระทั่งถึงขั้นมีชีวิตที่สมบูรณ์ 

สบาย ๗

ได้พูดกันแล้วในเรื่องที่ว่า คุณภาพชีวิตด้านวัตถุ หรือรูปธรรมนั้น ท่านถือว่าสำคัญ ในฐานะเป็นปัจจัยเกื้อหนุนให้เราอาศัยมันเป็นฐานที่จะก้าวขึ้นสู่การพัฒนา และสู่ความดีงามหรือการสร้างสรรค์ที่สูงขึ้นไป ดังนั้น ท่านจึงเอาใจใส่มาก เพียงแต่ต้องระวังไม่ให้เขาเป็นจุดหมายที่จะไปหลงติดวนเวียนจมอยู่ แต่ถ้าปฏิบัติให้ถูก ก็เป็นการเตรียมฐานชีวิตให้พร้อม

ทีนี้ ในทางปฏิบัติ ก็ควรจะมี ความชัดเจนอีกสักหน่อย พอให้เห็นภาพหรือเห็นแนวทางว่า เราจะ มี จะจัดสรรในเรื่องวัตถุและสภาพแวดล้อมกันอย่างไร จะได้เป็นปัจจัย เป็นเครื่องอาศัยที่ได้ผลดีอย่างที่ว่านั้น

ดูง่าย ๆ แม้แต่พระที่จะไปฝึกจิตเจริญสมาธิ ท่านยังให้ดูให้เตรียมสภาพเอื้อและสิ่งเกื้อกูลหลายอย่าง เพื่อหนุนให้ก้าวไปในการปฏิบัติด้วยดี

สภาพเอื้อและสิ่งเกื้อกูลเหล่านี้ มีชื่อเรียกเป็นคำบาลีว่า สบายะ คือที่เราเอามาแปลว่า “สบาย” นั่นเอง แต่ความหมายในภาษาไทยของเราเพี้ยนไปหน่อย

สบายของเรา มักเข้าใจกันว่า หมายถึง ไม่ติดขัด ไม่มีอะไรบีบคั้น กัดดัน หรืออึดอัด แล้วก็หยุดแค่นั้น คล้ายกับว่าพร้อมจะลงนอน หรือพักผ่อนได้ (*มองที่การไม่ต้องทำ*)

แต่สบาย หรือสบายะของเดิม หมายถึง สภาพที่เอื้อ เกื้อหนุน เหมาะ ช่วยให้เป็นอยู่ ทำกิจกรรม หรือดำเนินกิจการต่างๆ อย่างได้ผลดี หรือเอื้อต่อการที่จะปฏิบัติให้สำเร็จผล (*มุ่งเพื่อการกระทำ*) เช่น จะไปฝึกสมาธิ ท่านให้มีสบายะ เพื่อช่วยเอื้อให้การปฏิบัติได้ผลดี

สบายะ คือ สบาย หรือสภาพเอื้อและสิ่งเกื้อกูลเหล่านี้ มีหลาย

อย่าง เห็นว่าเอามาเทียบใช้สำหรับคนทั่วไปได้เป็นอย่างดี อาจจะเรียกว่า เป็นคุณภาพชีวิตขั้นพื้นฐาน เรียกตามคำของท่านว่า **สัปปายะ ๗** ประการ

ภาวะสบาย หรือสภาพเอื้อ คือ สัปปายะ ๗ นั้น มีดังนี้

๑. **อุตุสบาย** (อุตุสัปปายะ) คือ สภาพแวดล้อม ดิน น้ำ อากาศ อุณหภูมิ ที่เกื้อกูลต่อชีวิต เอื้อต่อสุขภาพ ธรรมชาติดีสดชื่นรื่นรมย์ ไม่ร้อนเกินไป ไม่หนาวเกินไป มีบรรยากาศทั่วไป ที่ดี ที่เหมาะ ที่เอื้อ

๒. **อาหารสบาย** หรือโภชนะสบาย (อาหารสัปปายะ/โภชนสัปปายะ) มีอาหารเพียงพอ ไม่ขาดแคลน และเป็นอาหารที่มีคุณภาพ ถูกกับร่างกาย เกื้อกูลต่อสุขภาพ มีรสชาติตามสมควร

๓. **อवासสบาย** หรือเสนาสนะสบาย (อवासสัปปายะ/เสนาสนสัปปายะ) คือ ที่อยู่อาศัย ที่นั่งที่นอน มั่นคง ปลอดภัย อยู่อาศัยใช้ทำกิจที่ประสงค์ได้ดี เป็นที่ผาสุก

๔. **บุคคลสบาย** (บุคคลสัปปายะ) คือ มีบุคคลที่ถูกกันเหมาะสมกัน ไม่มีคนที่เป็นภัยอันตราย หรือก่อความเดือดร้อนรำคาญ จะให้ดี ควรมีคนที่ เป็นกัลยาณมิตร มีปัญญาความรู้ ที่จะเกื้อหนุนให้เกิดการพัฒนาชีวิต พัฒนาจิตใจ และพัฒนาปัญญาให้ดียิ่งขึ้น อย่างน้อยได้คนที่เหมาะใจ

๕. **อิริยาบถสบาย** (อิริยาบถสัปปายะ) คือ การบริหารอิริยาบถ การเคลื่อนไหวของร่างกาย การได้นั่งนอนยืนเดินอย่างสมดุลและเพียงพอ บริหารร่างกายได้คล่องไม่ติดขัด

๖. **โคจรสบาย** (โคจรสัปปายะ) คือ มีแหล่งอาหาร แหล่งปัจจัย ๔ สิ่งจำเป็นในการใช้สอยเป็นอยู่ หาไม่ยาก เช่น มีหมู่บ้าน ร้านตลาด หรือ ชุมชน ที่ไม่ไกล ไม่ไกลเกินไป

๗. **สวณสบาย** (ธรรมสรวลสบายะ/ภัสสสบายะ) คือ มีโอกาสได้ยื่นได้ ฟังคำสอนคำแนะนำและเรื่องราวที่ช่วยให้เกิดปัญญา เข้าถึงข่าวสารข้อมูลสร้างสรรค์ ผดุงจิตใจ จรรโลงปัญญา เอื้อต่อการศึกษา ตลอดจน มีการพูดคุยถกเถียงสนทนาแลกเปลี่ยนความรู้ความคิดเห็น

ทั้ง ๗ ข้อสบายทั้งนั้น สบายสมชื่อทุกข้อ ไปได้แค่ ๗ ข้อนี้ก็สบายแล้ว สบายทั้งในตัวมันเอง และชัดเจนว่า มันจะช่วยหนุนให้การพัฒนาชีวิตก้าวหน้าต่อไป



เมื่อทรัพย์และอำนาจ มาเป็นเครื่องมือของธรรม

คนไทยทุกๆ ไปรู้จักพระนามพระเจ้าอโศกมหาราช และส่วนมากรู้ว่าพระองค์เป็นผู้ที่ได้ทรงส่งพระศาสนทูตมาประกาศพระพุทธศาสนาในสุวรรณภูมิ ซึ่งเป็นดินแดนโบราณ ที่ประเทศไทยปัจจุบันตั้งอยู่

เรื่องราวเกี่ยวกับพระเจ้าอโศกมีมากมายยืดยาว แต่พูดให้สั้นที่สุดได้ว่า พระองค์เป็นมหาราชแห่งชมพูทวีป สมัย ๒๐๐ ปีเศษหลังพุทธกาล ตอนแรกเป็นกษัตริย์โหดร้ายกระหายอำนาจ แล้วได้ละเลิกการสงครามอย่างสิ้นเชิง หันมานับถือพระพุทธศาสนา กลายเป็นพระเจ้าอโศกผู้ทรงธรรม มุ่งมั่นบำรุงพระพุทธศาสนาและประโยชน์สุขของประชาชน

ตรงนี้เป็นบทสรุปที่แทบทุกคนรู้ แต่บางทีก็มองข้ามธรรมสาระที่เป็นแก่นของเรื่องทั้งหมดไปเสีย นี่แหละคือจุดที่สำคัญยิ่ง

จึงขอตั้งข้อสังเกตในเรื่องนี้ไว้ พูดง่ายๆ ก็คือ คติเกี่ยวกับการปฏิบัติต่อทรัพย์เงินทอง

เดิมนั้น พระเจ้าอโศกก็เช่นเดียวกับกษัตริย์สมัยโบราณจำนวนมาก ที่มุ่งแสวงความยิ่งใหญ่ และไฝหาเครื่องบำรุงบำเรอความสุขส่วนตนอย่างที่เรียกว่า แสวงหาทรัพย์และอำนาจ เพื่อบำรุงบำเรอตัวเอง และเพื่อแสดงความยิ่งใหญ่ของตน

ทรัพย์และอำนาจ โดยทั่วไปมักจะมีความหมายอย่างนี้

ที่นี้ เมื่อพระเจ้าอโศกมหาราชหันมานับถือพระพุทธศาสนาแล้วทางธรรมสอนว่า ทรัพย์เงินทองและความยิ่งใหญ่ ทุกอย่างล้วนเป็นอนิจจัง เป็นสิ่งที่ไม่เที่ยง เกิดขึ้น ตั้งอยู่ แล้วก็ดับไป ไม่มีสาระที่แท้จริง

เมื่อทรัพย์และอำนาจไม่มีความหมายที่เป็นแก่นสารแท้จริง

ทรัพย์สิ้นเงินทองเป็นเพียงของนอกกาย เป็นอนิจจัง ไม่มีคุณค่าที่แท้จริงแล้ว มองในแง่หนึ่ง ก็จะทำให้เกิดความเบื่อหน่าย น่าจะสละทิ้งไปเสีย

ถ้าพระเจ้าอโศกทรงมองเห็นอย่างนั้น พระองค์ก็คงจะไม่เอาพระทัยใส่กับพระราชทรัพย์และอำนาจต่อไป ซึ่งก็ต้องตั้งคำถามว่า จะเป็นการปฏิบัติที่ถูกต้องหรือไม่

ปรากฏว่า พระเจ้าอโศกได้ทำสิ่งหนึ่งที่ดีถือว่าเป็นแบบอย่างแก่ชาวพุทธที่สำคัญ คือ พระองค์ไม่ได้ทรงทิ้งทรัพย์และอำนาจ แต่ได้ทรงเปลี่ยนความหมายและวิธีปฏิบัติต่อทรัพย์และอำนาจเสียใหม่

อย่างที่พูดเมื่อกี้ว่า ทรัพย์และอำนาจนั้น มีความหมายสำหรับปุถุชนจำนวนมาก ในแง่ที่เป็นเครื่องบำรุงบำเรอความสุขของตน และแสดงความยิ่งใหญ่

แต่พระเจ้าอโศกได้ทรงเปลี่ยนความหมายของทรัพย์และอำนาจใหม่เป็นว่า ทรัพย์และอำนาจนั้น สามารถใช้เป็นเครื่องมือของธรรมได้ คือใช้เป็นเครื่องมือในการทำความดีงาม และสร้างสรรค์ประโยชน์สุขแก่ประชาชน

ด้วยพระดำริเช่นนี้ พระเจ้าอโศกก็ทรงนำเอาทรัพย์และอำนาจที่พระองค์เคยมีนั้นแหละมาใช้ แต่เปลี่ยนใหม่ คือแทนที่จะเอามามุ่งบำเรอตนเอง ก็เอามาใช้สร้างสรรค์ความดีงามและประโยชน์สุขอย่างที่ว่า

จึงได้ทรงสร้างโรงพยาบาลคน โรงพยาบาลสัตว์ ทิวพระราชอาณาจักร สร้างถนนหนทางเชื่อมต่อให้กว้างขวางทั่วถึง ปูถุตันไม้ สร้างที่พักคนเดินทาง สร้างอ่างเก็บน้ำ และทำศิลาจารึกประกาศธรรมและแถลงนโยบายของรัฐในทางธรรม ตลอดจนอุปถัมภ์พระศาสนาอย่างมากมาย งานใหญ่ยิ่งอย่างหนึ่งคือ ได้ทรงสร้างวิหารคือวัดมากมายให้เป็น

ศูนย์กลางที่จะให้การศึกษาแก่พระสงฆ์และประชาชน ซึ่งต่อมาบางแห่งได้เจริญเติบโตขึ้นเป็นมหาวิทยาลัย โดยเฉพาะนาถันทามหาวิหาร ที่ตำราทั่วไปพูดถึงในชื่อว่า มหาวิทยาลัยนาถันทา

พระเจ้าอโศกมหาราชได้ทรงให้ความหมายใหม่แก่ทรัพย์และอำนาจ แล้วก็ทรงจารึกไว้ในศิลาจารึกของพระองค์

มีข้อความใน *ธรรมโองการ* ในจารึกศิลา ฉบับที่ ๑๐ ว่าดังนี้

สมเด็จพระเจ้าอยู่หัวปิยทัสสี ผู้เป็นที่รักแห่งทวยเทพ ไม่ทรงถือว่า ยศหรือเกียรติจะเป็นสิ่งมีประโยชน์มาก เว้นแต่จะทรงปรารถนายศหรือเกียรติเพื่อความมุ่งหมายนี้ว่า ทั้งในบัดนี้และเบื้องหน้า ขอประชาชนทั้งหลายจงตั้งใจ สดับฟังคำสอนธรรมของข้าฯ และจงปฏิบัติตามหลักความประพฤติทางธรรม

จารึกนี้มีสาระสำคัญว่า ยศ คือความยิ่งใหญ่ของพระองค์นั้น จะไม่มีความหมายเลย ถ้าไม่เป็นไปเพื่อช่วยให้ประชาชนได้ประพฤติธรรม

หมายความว่า พระเจ้าอโศกได้ทรงใช้ทรัพย์และอำนาจ เป็นเครื่องมือของธรรม เพื่อเผยแพร่วรรณ หรือสร้างสรรค์ธรรม ทำให้ความดีงามหรือธรรมนี้แผ่ขยายไปในหมู่มนุษย์ เพื่อสร้างสรรค์ให้เกิดประโยชน์สุขที่แท้จริง อันนี้เป็นคติที่สำคัญมาก



ธรรม ทำไมต้องมีทรัพย์และอำนาจเป็นเครื่องมือ

จากเรื่องพระเจ้าอโศกมหาราช ก็เกิดมีเรื่องสืบเนื่องขึ้นมา จะว่าเป็นควันทองหรืออะไรก็แล้วแต่

เรื่องนั้นก็คือ ที่พูดว่าพระเจ้าอโศกทรงเปลี่ยนความหมายของทรัพย์และอำนาจ จากการเป็นเครื่องบำรุงบำเรอและประกาศศักดาเดช มาเป็นเครื่องมือของธรรม พูดสั้นๆ อย่างนั้นก็พอเข้าใจ แต่บางคนรู้สึกว่าย่างกลางๆ อยู่ น่าจะแสดงเหตุผลให้ชัดอีกสักหน่อย

ก็จึงเพิ่มเติมเรื่องนี้อีกนิด

มองดูในสังคัมมุนุสยัทั่วไปนี่แหละ จะเห็นว่า คนที่มีความคิดดีๆ มีเจตนาดี มีสติปัญญาดี แต่ถ้าไม่มีทรัพย์ ไม่มีอำนาจ ไม่มียศ ก็ไม่สามารถสร้างสรรค์ความดีงามหรือประโยชน์สุขได้มาก

เราคิดขึ้นมาว่าจะทำการที่ดีเป็นประโยชน์สักอย่าง แต่ไม่มีเงิน ไม่มีบริวาร ไม่มีอำนาจ พอลงมือทำไป ก็ติดโน้นขัดนี้ขาดนั้น ถึงทำไปได้บ้าง ก็แสนยาก และมักทำได้ในขอบเขตจำกัดอย่างยิ่ง ไม่สมกับความดีดีที่เราทำนั่นเลย

แต่ที่นี้ ถ้ามีทรัพย์ มีอำนาจ มีบริวาร เมื่อมีความคิดดี มีสติปัญญาดี ก็สามารถออกผลกระจายขยายออกไปได้กว้างขวาง เหมือนดังพระเจ้าอโศกมหาราช

เรื่องพระเจ้าอโศกมหาราชนี้ จึงเป็นคติ เป็นแบบอย่างที่ดี ที่ให้หลักแก่เราในการปฏิบัติต่อทรัพย์และอำนาจอย่างที่ว่าไปแล้ว

ชาวพุทธมีคติว่า เราได้เรียนรู้ธรรมแล้วว่า ทรัพย์สินเงินทอง และอำนาจนี้ เป็นของนอกกาย จึงไม่ควรยึดถือเป็นจุดหมายของชีวิต

ข้อนี้หมายความว่า เราไม่ได้เห็นความหมายของทรัพย์และอำนาจ
ในแง่ที่เป็นเรื่องของความเห็นแก่ตัว หรือเป็นประโยชน์ส่วนตน และไม่
ยึดติดตกเป็นทาสของมัน ให้เกิดก่อกุศลทั้งแก่ตนและผู้อื่น แต่เรามอง
อย่างพระเจ้าอโศก คือ คิดที่จะใช้มันเป็นเครื่องมือของธรรม

ไม่ใช่หมายความว่า ทรัพย์และอำนาจเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา
แล้วก็เลยไม่เอาใจใส่ ไม่บริหาร ไม่ใช่อย่างนั้น เราต้องรู้จักเอามันมาใช้
เป็นเครื่องมือสร้างสรรค์สิ่งที่ดีงามและบำเพ็ญประโยชน์สุข อันนี้ถือว่าเป็น
เป็นวิธีปฏิบัติอย่างถูกต้องของชาวพุทธที่เป็นศฤงคาร

แต่ถ้าไม่อยากจะเกี่ยวข้องกับทรัพย์และอำนาจ ก็ออกบวชไปเลย
จะได้ไปทำหน้าที่ทางธรรมอีกแบบหนึ่ง คือ นำธรรมที่เป็นตัวนามธรรม
ได้แก่สติปัญญา ไปแจกจ่ายแก่ประชาชน เพื่อให้ประชาชนทั่วไปดำเนิน
ชีวิตให้ถูกต้องเป็นประโยชน์แก่ชีวิตและสังคมของเขา

ฉะนั้น จึงมีคติ ๒ อย่าง คือ

๑ ถ้าอยู่เป็นศฤงคาร ก็ใช้ทรัพย์และอำนาจเป็นเครื่องมือของธรรม
ในการสร้างสรรค์ความดีงามและประโยชน์สุข *หรือ*

๒ ถ้าเมื่อหน่ายไม่อยากจะเกี่ยวข้องกับทรัพย์และอำนาจ ก็ออกบวช
ไปเผยแผ่ธรรม ให้เป็นเครื่องเจริญบุญกุศลแก่ประชาชน

ถ้ามิฉะนั้น จะกลายเป็นคนครึ่งๆ กลางๆ มีทรัพย์มีอำนาจแล้ว
บอกว่าเมื่อหน่าย ไม่เอาเรื่องเอาราว จะทำอย่างไรก็ไม่ทำ ไม่รับผิดชอบ
กลายเป็นผู้ตกอยู่ในความประมาท ทรัพย์และอำนาจนั้น เมื่อไม่ได้รับการ
บริหาร ไม่มีคนรับผิดชอบ ก็เสียหายหมด ไม่เกิดประโยชน์ทั้งแก่ตน
เองและสังคม และชีวิตของคนผู้นั้นเองก็ไม่ได้เจริญงอกงามอะไรขึ้นมา

เรื่องพระเจ้าอโศก อย่างน้อยก็ให้คติแก่เราอย่างนี้



“สันโดษ” ต้องรับใช้ “ไม่สันโดษ”

ถ้ามีคนมาถามว่า พระพุทธเจ้าสอนให้สันโดษใช่ไหม? ใครตอบว่า “ใช่” ก็ต้องว่าตอบผิด ถ้าให้คะแนน ก็คือศูนย์ หรือกรุณาที่สุด ก็ให้ ๕๐%

ทำไมเป็นอย่างนั้น นี่แหละที่ต้องให้รอบคอบ ขอบอกสั้นๆ ว่า ต้องแยกแยะออกไปให้ชัดว่า พระพุทธเจ้าสอนให้สันโดษในเรื่องไหน หรือให้ไม่สันโดษในเรื่องไหน ไม่ใช่ตอบโพงผางลงไปแฉ่เดียว เลยผิด!

แล้วจะตอบอย่างไร จึงจะถูก ก็แยกแยะออกไปสิว่า

- พระพุทธเจ้าสอนให้สันโดษในสิ่งเสพ หรือในวัตถุบำเรอความสุข
- *แต่* พระพุทธเจ้าสอนให้ไม่สันโดษในกุศลธรรม หรือพูดให้คนยุคนี้เข้าใจง่ายขึ้นว่า ให้ไม่สันโดษในการสร้างสรรค์สิ่งที่ดีงาม

เพื่อรวบรัด ก็ยกคำตรัสของพระพุทธเจ้ามาให้ดูกันเลย

เอาข้อหลัง คือ “ไม่สันโดษในกุศลธรรม” ก่อน

พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า ที่พระองค์ตรัสรู้นั้น

ภิกษุทั้งหลาย เรารู้ซึ่งถึงคุณของธรรม ๒ ประการ คือ*

๑. ความเป็นผู้ไม่สันโดษในกุศลธรรมทั้งหลาย
๒. ความเป็นผู้ไม่ระย่อในการบำเพ็ญเพียร

หมายความว่า พระพุทธเจ้าตรัสรู้เพราะไม่สันโดษ (ในกุศลธรรม)

ต้องเห็นว่า ในสิ่งที่ดีงาม ในการสร้างสรรค์สิ่งที่ดีงามเป็นประโยชน์

แล้ว ท่านไม่ยอมให้สันโดษเป็นอันขาด ถ้าเป็นกุศลธรรมแล้ว พระพุทธเจ้าไม่เคยให้สันโดษเลย (ถ้าสันโดษในกุศลธรรม ก็คือประมาณนั่นเอง)

* เรียกว่า *อุပ္ปยุตตธรรม* แปลว่า ธรรมที่พระพุทธเจ้าเห็นคุณ ธรรม ๒ ข้อชุดนี้ เป็นหลักทั้งในพระสูตรและอภิธรรม ในพระอภิธรรม มีในมัตถิกา ชุด ๒ (อง.พูก.๒๐/๒๕๑; อภ.ส.๓๗/๑๕)

เป็นอันว่า หลักความไม่สันโดษ (ในกุศลธรรม) นั้น ชัดเจนแล้ว
ที่นี้ก็มาดู “สันโดษ” บ้าง พระพุทธเจ้าตรัสไว้ (ตรัสแก่พระภิกษุ)
ในหลักที่เรียกว่าอริยวงศ์ ๔ (เช่น อัง.จตุกก.๒๑/๒๘/๓๕) ว่า

๑. ภิกษุสันโดษในจีวร ตามมีตามได้
๒. ภิกษุสันโดษในบิณฑบาต ตามมีตามได้
๓. ภิกษุสันโดษในเสนาสนะ ตามมีตามได้
๔. ภิกษุเป็นผู้ยินดีในปทานะและภาวนา

(ข้อ ๔ หมายความว่า พอใจ ใส่ใจ เพียรพยายาม ในปทานะ คือ
การละอกุศล และในภาวนา คือการเจริญกุศล เพื่อบรรลุธรรมที่ยังไม่บรรลุ)

จะเห็นว่า พระพุทธเจ้าทรงสอนให้พระภิกษุสันโดษในวัตถุสิ่งเสพ
บริโภค (จีวร-เครื่องนุ่งห่ม บิณฑบาต-อาหาร เสนาสนะ-ที่อยู่อาศัย)
สันโดษมา ๓ ข้อ พอถึงข้อที่ ๔ เปลี่ยนเป็นว่า ให้เอาใจใส่เพียรพยายาม
ละอกุศลและเจริญกุศล เพื่อจุดหมายคือจะได้บรรลุธรรมที่ยังไม่บรรลุ

ข้อที่ ๔ นี้ ก็คือข้อที่ให้ไม่สันโดษในกุศลธรรมนั่นเอง
เพราะฉะนั้น หลักอริยวงศ์ ๔ นี้ จึงบอกอะไรๆ หลายอย่าง
ความไม่สันโดษ (ในกุศลธรรม) เป็นหลักใหญ่อยู่ในขั้นปฏิบัติ
การที่จะให้บรรลุจุดหมาย

ความสันโดษ (ในสิ่งเสพ) เป็นข้อปฏิบัติขั้นบุพภาคของความไม่
สันโดษ (ในกุศลธรรม) นั้น

หมายความว่า ความสันโดษในวัตถุ เป็นการเตรียมชีวิตความเป็น
อยู่ให้เอื้อให้พร้อมที่จะเดินหน้าก้าวไปกับความไม่สันโดษในกุศลธรรม

พูดอีกอย่างหนึ่งว่า ความสันโดษในวัตถุเป็นธรรมย่อย ที่มาสนอง
งาน มารองรับ หรือมารับใช้ความไม่สันโดษในกุศลธรรม

ถามว่า สันโดษใน ๓ ข้อแรก สัมพันธ์กับสิ่งที่จะทำในข้อ ๔ อย่างไม่หรือถามสั้นๆ ว่าทำไมจึงสันโดษ

ก็ตอบว่า เพราะว่า สันโดษเป็นตัวอ้อมหรือช่วยสงวนเวลา-แรงงาน-ความคิดไว้ ถ้าภิกษุไม่สันโดษในจีวร บิณฑบาต เสนาสนะ คือไม่สันโดษในวัตถุเสพ มัวยุ่งกับการหาอาหารอร่อยๆ ฉัน มัววุ่นวายอยู่กับการหาสิ่งของเครื่องใช้ฟุ่มเฟือย มัวหมกมุ่นกับวัตถุบำเรอความสุข

๑. เวลาทั้งหมดไปกับการหาการเสพสิ่งเหล่านี้

๒. แรงงานทั้งหมดไป เพราะมัววุ่นวายกับเรื่องเหล่านี้

๓. ความคิดทั้งหมดไปกับการครุ่นคิดหาทางให้ได้สิ่งเหล่านี้มาเสพเลยไม่เป็นอันได้เพียรพยายามเจริญศึกษาทำหน้าที่

แต่เมื่อภิกษุสันโดษในปัจจุบัน ๔ เวลาที่เหลืออยู่ แรงงานที่เหลืออยู่ ความคิดที่เหลืออยู่ ก็เอาเวลา แรงงาน และความคิดนั้นมารวมทำกิจหน้าที่ของตน ดังนั้น ทั้งสันโดษและไม่สันโดษ จึงมาออกผลที่ความเพียร

นอกจากนั้นยังใจสงบ สบาย ไม่หวั่น ไม่พะวักพะวง ในเรื่องวัตถุหันไปมุ่งหน้าทำกิจหน้าที่และสร้างสรรค์ความดีต่างๆ ได้อย่างแน่วแน่เต็มที่ได้โดยมีความสุขด้วย ตอนนี้นั้นสันโดษก็มีผลครบตลอดตามวัตถุประสงค์

คฤหัสถ์ก็เช่นกัน ถ้าญาติโยมไปมัววุ่นวายอยู่กับการแสวงสิ่งเสพ บำรุงบำเรอหาความสุขส่วนตัว ก็จะหมดเวลา หมดเรี่ยวแรง หมดความคิดไปกับเรื่องเหล่านั้น จนไม่เป็นอันปฏิบัติหน้าที่หรือทำงานสร้างสรรค์หน้าที่งานการสร้างสรรค์ที่พึงทำ ก็ไม่เป็นอันทำ อย่างน้อยก็ย่อหย่อน

การทำความดี ทำประโยชน์สูงส่ง จนแม้กระทั่งบรรลุโพธิญาณ เป็นไปไม่ได้ ถ้ามัวสันโดษในกุศลธรรม โดยไม่สันโดษในวัตถุเสพ ☺

“เรียบง่าย” ต้องไม่ใช่ “มักง่าย”

เมื่อพูดถึงหลักธรรมสำคัญชื่อว่า “ไม่สันโดษในกุศลธรรม” หลายคนไม่เคยได้ยินมาก่อนเลย

ก็ต้องย้ำว่า ขอให้จำหลักนี้ให้แม่น และเอาไปใช้ในชีวิตจริงด้วย ไม่แต่ความไม่สันโดษในกุศลธรรม เท่านั้น แม้แต่ความสันโดษหลายคนก็ไม่ได้สังเกตว่า ท่านจำกัดไว้ให้สันโดษในวัตถุหรือสิ่งเสพบริโภค ไม่ใช่สันโดษไปเรื่อยๆ หรือสันโดษลอยๆ ไม่ว่าจะอะไรก็สันโดษไปหมด

ลึกลงไปอีก แม้แต่ในเรื่องวัตถุ ก็ไม่เคยถามว่า เราควรจะสันโดษเพื่ออะไร หรือว่า ทำไมพระพุทธเจ้าจึงสอนให้สันโดษ ได้แต่นึกไปเองหรือพูดตามๆ กันไปว่า คนสันโดษเป็นอยู่ง่าย พอใจตามที่มี ไม่ทะเยอทะยาน จึงเป็นคนมีความสุข นี่คือ สันโดษแล้วจะได้มีความสุข หรือสันโดษเพื่อมีความสุข

ทั้งหมดนี้เป็นตัวอย่างที่เตือนว่า เราควรศึกษาธรรมหรืออะไรๆ กันให้ชัดสักหน่อย ไม่ควรทึกทักกว่าที่เราดีกว่ารู้นี่คือใช่ละ

เราบอกว่าเป็นอยู่เรียบง่าย พอใจแค่นี้มี สันโดษในวัตถุนี้ ดินะ แต่ต้องระวัง เช่น ความเป็นอยู่ง่าย ถ้าไร้จุดหมายที่ติงาม (พูดภาษาพระว่า ไม่เป็นเครื่องเจริญกุศล) ไม่มากับความเพียร ถึงจะมีความสุขดี แต่อาจจะเสื่อมอย่างเดียวกันได้

อยู่เรียบง่าย แต่เรียบง่ายไม่เป็น บอกว่าฉันเป็นอยู่ง่าย อยู่อย่างไรก็ได้ เอาอย่างไรก็ได้ ง่ายไปง่ายมา กลายเป็นมักง่าย ต่อไปถึงสกปรกอย่างไรก็อยู่ได้ ไม่มีระเบียบจริงจังอย่างไรก็อยู่ได้ ใครจะเป็นนจะตายอย่างไร ก็อยู่กันไป อย่างไม่รู้ได้ทั้งนั้น นี่แหละ อยู่ง่าย กลายเป็น

มักง่าย เรียบง่าย กลายเป็นอย่างไรก็ได้ มันจะเป็นโทษร้าย ต้องระวัง

พอมักง่ายแล้ว ทีนี้ อะไรที่ควรจะทำ ก็ไม่ทำ อะไรที่ควรจะแก้ไข ก็ไม่แก้ไข ไม่กระตือรือร้นชวนขวยหัวงั้น

การที่ท่านให้เป็นอยู่ง่าย มีความสันโดษเพื่ออะไร ก็เพื่อให้เป็น ตัวเอื้อ เกื้อหนุน ให้โอกาสแก่การเพียรพยายามที่จะก้าวไปให้ถึงจุดหมาย อันประเสริฐที่มุ่งมั่นอยู่ในใจ ดังนั้น ความเป็นอยู่ง่าย จึงต้องควบมากับ ความเพียรมุ่งมั่น เพื่อจุดหมายที่เป็นกุศล

ถ้าไม่สันโดษ เราจะหาโอกาสเพียรพยายามปฏิบัติการเพื่อจุด หมายนั้นได้ยาก เพราะจะมัวยุ่งงุ่นงันหรือวุ่นวายอยู่กับเรื่องอื่น อย่าง คนที่มุ่งหาเสพวัตถุ มัวหาที่กินให้อร่อย หาที่เที่ยวให้สนุก เป็นต้น ก็ ต้องแย่งเวลาเรี่ยวแรงและความคิดของตัวเองออกไปจากงานหน้าที่ ถ้า ไม่สันโดษอย่างนี้หนักนัก ก็เสี่ยงงานเสียการไปเลย

ความสันโดษเป็นอยู่ง่ายที่ถูกต้อง ก็คือการออมเวลา-เรี่ยวแรง- ความคิดเอาไว้ ทำตัวให้พร้อมที่จะมุ่งหน้าเพียรปฏิบัติกิจการได้เต็มที่ เพื่อก้าวไปให้ถึงจุดหมายอันประเสริฐที่ต้องการ

ความสันโดษเป็นอยู่ง่าย จึงมากับการทำความเพียรอย่างยิ่ง ถ้า ไม่มีตัวประกอบนี้มาประกบ ความง่ายมันจะมากับความซี้เกียจ

หลายคนบอกว่า สันโดษจะได้มีความสุข ถ้าอย่างนั้นอันตรายนี่แหละจะนำไปสู่ความมักง่าย พระพุทธเจ้าไม่เคยตรัสว่า สันโดษเพื่อความ สุข แต่สันโดษแล้วเป็นสุข อันนั้นถูกต้อง

ความสุขของคนเราอยู่ที่ความพอใจ สันโดษเป็นความพอใจ เมื่อ พอใจมันก็สุข ในแง่นี้ความสันโดษก็ทำให้เป็นสุข แต่มันไม่ใช่วัตถุประสงค์ หมายความว่า สันโดษทำให้เป็นสุข แต่ไม่ใช่สันโดษเพื่อความ สุข

ถ้า **สันโดษ** โดดเดี่ยว เพื่อความสุข สันโดษคือพอใจ นิ่งสุขสบาย แล้วจบ เลยไม่ทำอะไร ก็เข้ากับดักที่ว่า **ขี้เกียจ**

เพราะฉะนั้น **สันโดษ** ทำให้คน **ขี้เกียจ** ได้ ถ้าไม่มาประสานส่งต่อกับธรรมที่เป็นคู่กันหรือเป็นตัวรับช่วง

พระพุทธเจ้าตรัส **สันโดษ** ที่ไหน จะตรัส **ความเพียร** ไว้ที่นั่น (เหมือนกับตรัส **ศรัทธา** ไว้ที่ไหน ก็จะตรัส **ปัญญา** ไว้ที่นั่น)

สันโดษ จึงมากคู่กับ **ความเพียร** คือความเพียรในการทำหน้าที่ของตน (พูดให้ครอบคลุมว่า เพียรในการเจริญกุศล)

ถ้าอธิบายให้ลึกลงไปหน่อย ก็บอกว่า นี่เป็นเรื่องของความสัมพันธ์ระหว่างธรรมต่างๆ ข้อธรรมทั้งหลายนั้นเราจะมองโดดเดี่ยวจากกันไม่ได้ บางทีเราจะบอกว่า ธรรมข้อนั้นดีหรือร้ายทันทีไม่ได้ ต้องดูก่อนว่ามันไปสัมพันธ์ประกอปกันกับธรรมอื่นตัวไหน คือต้องดูตัวประกอปก หรือตัวร่วมที่อยู่กับมันด้วย

ลงท้ายว่า **สันโดษ** เพื่อให้พร้อมที่จะ **เพียร** และเมื่อ **เพียร** ทำการไป โดยมี **สันโดษ** ก็จะมี **ความสุข** ในการทำการนั้นด้วย

ถ้าอย่างนี้ เรียบง่ายก็ไม่มีทางกลายเป็น **มั่งง่าย** ๐

อนิจจัง! ปลงได้ แต่ระวังจะกลายเป็นประมาท

คนไทยชอบเอาอนิจจัง มาใช้ปลง เพื่อให้ใจผ่อนคลายโยก หรือหายทุกข์ เรียกกันว่า “ปลงอนิจจัง”

อะไรแตกหัก สูญสลาย พลัดพรากจากไป ก็ว่า “อนิจจัง!” แล้วปล่อย่างได้ ผ่านไป

การใช้อนิจจังอย่างนั้น เป็นเรื่องของการรู้เท่าทันความจริง ที่ทำให้สละละลดความยึดติดถือมั่นลงไปได้ จึงผ่อนคลายบรรเทาทุกข์โยก

การรู้เท่าทันและความสบายใจหายทุกข์ได้นั้นดีแน่ แต่ก็ต้องระวังไว้อย่างยิ่งทีเดียวว่า ถ้าสบายใจแล้วก็ปล่อยอะไรๆ ไปเรื่อยๆ สิ่งที่ต้องแก้ไขจัดการ ก็ไม่กระตือรือร้นชวนชวาย ถ้าอย่างนั้นก็จะเป็นการปฏิบัติผิดธรรมชาติอันยิ่งใหญ่ ที่เป็นหลักสำคัญอย่างยิ่ง

ถ้าบอกว่าปฏิบัติธรรม ก็เป็นการปฏิบัติครึ่งๆ กลางๆ และไม่เกิดจากความเข้าใจจริงด้วย ได้แค่ถือหรือทำตามๆ กันมา น่าจะได้ไม่คุ้มเสีย

บ้านเมืองจะล่มจมพังพินาศ ก็บอกว่า อนิจจัง! เกิดขึ้น ตั้งอยู่ดับไป เจริญแล้วก็เสื่อม เสื่อมแล้วก็เจริญ เป็นธรรมดา

ว่าอย่างนี้ คือ “ปลง” แล้วไม่ยึดติดถือมั่น หายเครียด ก็ดีเหมือนกัน ใจสบาย แล้วก็ไม่ต้องคิด ไม่ต้องทำอะไร เรียกว่า “ปล่อย่างง”

“ปลง” และ “ปล่อย่างง” อย่างนี้ ทำท่าว่ามีหลัก ก็คือหลักรู้เท่าทันธรรมดาแล้วไม่ยึดติดถือมั่นนั่นแหละ

แต่อีกด้านหนึ่ง ไม่ได้มองว่าผิดหลักใหญ่ที่ถือว่าสำคัญยิ่งคืออะไร

ลองดูพุทธพจน์ต่อไปนี้

สังขารทั้งหลายมีความเสื่อมสลายไปเป็นธรรมดา,
เธอทั้งหลายจงยังความไม่ประมาทให้ถึงพร้อม


ตอนที่ ๑ ตรัสถึงความ เป็นอนิจจัง คือบอกแจ้งความจริงของ
ธรรมดาที่ว่า สิ่งทั้งหลายไม่เที่ยง ในที่สุดก็ต้องดับสิ้น

ตอนที่ ๒ ทรงเตือนให้ไม่ประมาท คือทรงสอนแนะนำการปฏิบัติ
ของเราว่า ให้บำเพ็ญความไม่ประมาท

ที่ตรัสว่า “จงยังความไม่ประมาทให้ถึงพร้อม” ก็คือให้มีความไม่
ประมาทอย่างพร้อมบริบูรณ์ หรือเป็นอยู่ด้วยความไม่ประมาทอย่างเต็มที่

พุทธพจน์ทั้งสองตอนนั้นโยงกัน คือ เมื่อสิ่งทั้งหลายเป็นอนิจจัง
ไม่เที่ยงแท้ เราจะมัวนั่งนอนใจทำเฉยอยู่ไม่ได้ จึงต้องไม่ประมาท

พุทธพจน์นี้เป็นปัจฉิมวาจา คือพระดำรัสสุดท้าย เหมือนเป็นคำ
ฝากฝังสั่งเสีย ชาวพุทธจะต้องถือเป็นเรื่องสำคัญอย่างยิ่ง ต้องปฏิบัติให้
ได้และให้เข้มขันแข็งขันจริงจัง

เพราะฉะนั้น เห็นอนิจจัง ปรองได้ แต่ต้องไม่ประมาทด้วย 

ลุดหมาย เมื่อปล่อยวางได้ โดยไม่ปล่อยปะละเลย

เรื่องอนิจจัง ได้พูดไปแล้ว แต่เพียงบอกให้รู้ในภาคปฏิบัติว่าต้องทำให้ครบหลัก คือต้องให้ถึงความไม่ประมาท

ที่นี้ ในแง่ความรู้เข้าใจเหตุผล เราก็ควรศึกษาให้ชัดด้วย

ก็เลยยกพุทธพจน์ที่เป็นหลัก มาดูกันอีกที พระองค์ตรัสว่า

สังขารทั้งหลายมีความเสื่อมสลายไปเป็นธรรมดา,
เธอทั้งหลายจงยังความไม่ประมาทให้ถึงพร้อม

มาวิเคราะห์กันหน่อยว่า คนไทยเราถือหลักอนิจจัง ทำไม่ปลงแล้ว จึงปล่อยเรื่อยเปื่อย ทั้งที่มีพุทธพจน์สำคัญที่สุดตรัสไว้ว่า ปลงอนิจจัง เพื่อให้ตั้งอยู่ในความไม่ประมาท

วิเคราะห์แล้ว ก็จับได้โดยสรุปว่า

เราบอกว่า เมื่อสิ่งทั้งหลายเป็นอนิจจังตามธรรมดาของมัน เราจะทำอะไรได้ ก็ต้องปล่อยวาง ปล่อยมันไป

ท่านสอนว่า เมื่อสิ่งทั้งหลายเป็นอนิจจังตามธรรมดาของมัน มีอะไรที่ควรทำ เราจะต้องเร่งรัดจัดการ จะรื้อปล่อยเรื่อยเปื่อยไปไม่ได้

ของเรา โยงอนิจจัง กับความรู้เท่าทันธรรมดา แล้วปล่อยวาง

ของท่าน โยงอนิจจัง กับความรู้เท่าทันธรรมดา แล้วไม่ประมาท

แล้วจะเอาอย่างไร เราปฏิบัติผิดใช่ไหม ถ้าตอบแบบปลอบใจก็ว่าไม่ถึงกับผิด แต่ไม่พอ (ไม่ผิดเต็มที่ ยังถูกน้อยไป จึงต้องแก้ไขปรับปรุง)

เราถูกไม่เต็มที่ตรงไหน จะรู้ได้อย่างไร ควรจะมองกันให้ชัดเจน

เอาแค่ “ธรรมดา” ที่เราเข้าใจ ก็ไม่ตรงกับที่ท่านสอนไว้

“ธรรมดา” แบบของเรา คือ สิ่งทั้งหลายเป็นอนิจจัง ไม่เที่ยง เกิด

ขึ้น ตั้งอยู่ดับไป จะเป็นอย่างไรก็เป็นของมันเอง เราจะทำอย่างไรได้ ก็
ต้องปล่อยมันไป (นี่หมิ่นเหม่ จะเข้าลัทธิหรือเหตุวาท ที่เป็นมิจฉาทิฎฐิ)

“ธรรมดา” แบบของท่าน คือ สิ่งทั้งหลายเป็นอนิจจัง ไม่เที่ยง เกิด
ขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป จะเป็นอย่างไรก็แล้วแต่เหตุปัจจัยของมัน เราจะปล่อย
เรื่อยเปื่อยไม่ได้ ต้องรู้เท่าทันและจัดการที่เหตุปัจจัย

พอจับจุดนี้ได้ ก็มองเห็นปมปัญหา รู้ว่าทำไมและเห็นทางแก้ไข

ของเรา เมื่อเป็นอนิจจังตามธรรมดาของมัน มันจะต้องเป็นของ
มันอย่างนั้น เราทำอะไรไม่ได้ เราก็ปล่อยวาง แล้วก็ไม่ต้องทำอะไร
(กลายเป็นปล่อยปละละเลย)

ของท่าน เมื่อเป็นอนิจจังตามธรรมดาของมัน มันจะต้องเป็นอย่าง
นั้นตามเหตุปัจจัยของมัน เราจะให้เป็นอย่างไรที่เราไปอยากไปยึดไม่ได้
ใจเราก็ปล่อยวาง แล้วก็ไปศึกษาไปทำที่เหตุปัจจัย (ไม่ปล่อยปละละเลย)

นี่ก็คือ ของเรา ปล่อยวาง แล้วก็ปล่อยปละละเลย

ส่วนของท่าน ปล่อยวาง แต่ไม่ปล่อยปละละเลย

“ปล่อยวาง” คือ มีปัญญารู้เท่าทันความจริง จึงมีใจเป็นอิสระ ไม่
เอาอะไรมาผูกมัดมัดตัวคั่งค้างบีบคั้นใจที่จะให้มันเป็นไปตามที่อยากที่ยึด
แต่ “ปล่อยปละละเลย” คือ ตกอยู่ในความประมาท

เราปฏิบัติไม่พอ คือ ปลงอนิจจัง ปล่อยวาง แล้วหยุด จบแค่นั้น
พอหยุด ก็กลายเป็นปล่อยปละละเลย จึงพลาด ไปตกหลุมความ
ประมาท (ปล่อยปละละเลย ก็คือประมาท) เรื่องก็แค่นี้เอง

เมื่อรู้ว่าปฏิบัติไม่พอ ทำไม่เต็มตามหลัก ก็แก้ไขปรับปรุงตัวใหม่
ถึงตอนนี้ก็สรุปลงท้ายได้แล้วว่า การเห็นความจริงแห่งอนิจจัง
เร่งให้เราให้ไม่ประมาท โดยมีแง่ด้านการพิจารณาและปฏิบัติ ดังนี้

- ก) เพราะทุกสิ่ง ทั้งในตัว และรอบตัวเรา ไม่เที่ยงแท้แน่นอน ความเปลี่ยนแปลงเป็นไปต่างๆ อาจเกิดขึ้นโดยไม่ทันคาดหมาย จึงไม่ควรนิ่งนอนใจ มีอะไรควรทำ ก็ใส่ใจเร่งจัดทำให้เสร็จหรือเตรียมไว้ ไม่ผัดเพี้ยน ไม่รีรอ
- ข) เพราะสิ่งทั้งหลายเปลี่ยนแปลงไปตลอดเวลา ทุกขณะ ไม่รอใคร เวลาผ่านไปๆ แม้กระทั่งมหาบุรุษ และอารยธรรมยิ่งใหญ่ รุ่งแล้วก็ร่วงลดับดับหาย ชีวิตเราก็สั้นลงๆ เวลาที่เหลือก็น้อยลงๆ ควรเร่งทำชีวิตนี้ให้ดีมีคุณค่าพัฒนา กุศล ใช้เวลาทำประโยชน์ให้มากที่สุด ถ้ามัวหลงระเหิงหรือทำชั่วอะไรอยู่ ก็ควร จุกใจได้คิด แล้วหยุดละเลิกเสีย และตื่นตัวขึ้นมารีบชวนชวายทำสิ่งที่ควรทำ
- ค) เพราะคนที่รัก ที่เคารพ คนใน คนใกล้ คนร่วมมองค์กรหรือชุมชน ไม่นานนัก ก็จะจากจะพรากกันไป ควรสามัคคีทำดีต่อกันไว้ ความดีงาม ความเอื้ออาทร การดูแลปฏิบัติ การบูชาคุณอะไรที่ควรทำต่อท่าน หรือต่อกัน ควรทำเลยที เดียว ไม่รอช้า อย่าให้ต้องเสียใจหรือเสียตายภายหลังว่าเราไม่น่าจะช้าไป
- ง) เพราะสิ่งทั้งหลายเป็นไปตามเหตุปัจจัยของมัน ไม่ใช่เป็นไปตามใจของเรา มันไม่ขึ้นต่อความอยากความยึดถือของเรา จึงไม่ควรเอาใจอยากใจยึดของเรา เข้าไปกำหนดบังคับสิ่งทั้งหลาย ซึ่งเป็นไปไม่ได้ไร้เหตุผล มิแต่จะทำให้จิตใจของตนถูกบีบคั้นกระหน่ำกระแทกทิวทุกข์ แต่ควรหันไปทำการด้วยปัญญา ที่รู้เข้าใจเหตุปัจจัย โดยมีใจคงอยู่ปกติเป็นอิสระ (นี่คือปล่อยวาง ที่ถูกต้อง)
- จ) เพราะสิ่งทั้งหลายเปลี่ยนแปลงไป และมีใช้เปลี่ยนแปลงอย่างเลื่อนลอย แต่เปลี่ยนแปลงไปตามเหตุปัจจัยของมัน เราจึงต้องศึกษาให้รู้เข้าใจ แล้ว ป้องกันแก้ไขเหตุปัจจัยแห่งความเสื่อม และส่งเสริมสร้างสรรค์เหตุปัจจัย แห่งความเจริญ เพื่อจะได้ไม่เสื่อม แต่ให้เจริญและเจริญยิ่งขึ้นไป

พูดให้สั้นว่า เพราะสิ่งทั้งหลายไม่เที่ยง เราจึงต้องไม่ประมาท ที่จะใช้ ปัญญาจัดการกับเหตุปัจจัย โดยมีจิตใจเป็นอิสระ (=เอาประโยชน์จากอนิจจังได้)

พูดอีกอย่างว่า มีปัญญารู้เท่าทันอนิจจัง ทำจิตเป็นอิสระได้ และด้วย ปัญญารู้ทั่วถึงเหตุปัจจัย ก็ทำกิจให้สำเร็จด้วยความไม่ประมาท ๕

ระวัง! ยึดมั่น ในความไม่ยึดมั่น

บางคนไปฟังพระเทศน์ว่า สิ่งทั้งหลายไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา จะไปยึดมั่นถือมั่นไม่ได้ ถ้าไปยึดมั่นถือมั่นแล้ว มันเปลี่ยนแปลงไป เราก็จะเกิดความทุกข์บีบคั้นจิตใจ ฟังแล้วก็ชอบใจ เห็นว่าเป็นความจริงอย่างนั้น และคิดว่าจะต้องเอาไปปฏิบัติ

บอกว่า ต่อไปนี้เราจะไปยึดมั่นถือมั่นอะไรแล้ว

กลับไปบ้านก็ไม่เอาเรื่องเอาราวอะไรทั้งนั้น บอกว่า ฉันไม่ยึดมั่นถือมั่น ไปๆ มาๆ ก็ทำนองว่า ลูกก็ไม่ใช่ของเรา ภรรยาที่ไม่ใช่ของเรา เงินทอง บ้านช่อง ก็ไม่ใช่ของเรา ฯลฯ

บอกว่าไม่ยึดมั่น แต่เจอความยึดมั่นอย่างหนักเข้าไปแล้ว โดยไม่รู้ตัว นี่ก็คือ “ความยึดมั่นในความไม่ยึดมั่น” เพราะความไม่ยึดมั่นที่เขาอ้างนั้น เกิดจากสัญญา (ข้อที่กำหนดหมายจำไว้) ซึ่งรับเอามาถือตาม แล้วก็ยึดมั่นว่าฉันจะไม่ยึดมั่น เท่านั้นเอง

คนที่เอาความไม่ยึดมั่นขึ้นมายึดไว้ แล้วไม่ทำอะไร ไม่เอาอะไร แล้วก็บอกว่าฉันไม่ยึดมั่นนั้น เขาไม่รู้ตัวว่าเขาทำไปตามความไม่ยึดมั่นที่เขาเอายึดไว้ คือเป็นเพียงความยึดมั่นในความไม่ยึดมั่นนั้น เป็นความยึดมั่นซ้อนเข้าไปอีก แถมยังตกลงไปในความประมาทอีกด้วย

ความไม่ยึดมั่นที่แท้จริงเป็นไปเองด้วยปัญญา ไม่ต้องเอาความไม่ยึดมั่นขึ้นมายึดไว้

ถ้าไม่ยึดมั่น เป็นอย่างว่าเมื่อกี้ ก็จะเจอพวกไม่ยึดมั่นแปลกๆ อีกเยอะ
อีกรายหนึ่งบอกว่า หลวงพ่อของเขามีคนอุปฐากมากมาย มีหญิงสาวคอยดูแลนวดให้ด้วย ท่านเป็นพระอริยะ ท่านหมดกิเลสแล้ว ท่าน

จะทำอะไรก็ได้ เพราะท่านไม่ยึดมั่นถือมั่น ญาติโยมหลายท่านฟังแล้วว่า น่าจะจริงนะ เพราะพระอรหันต์ท่านไม่ยึดมั่นถือมั่น จะไปเอาอะไรกับสิ่งเหล่านี้ ซึ่งไม่จริงแท้แน่นอน เป็นของสมมติ เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา

ที่นี้อีกพวกหนึ่งก็บอกว่า อะไรๆ ก็เป็นอนัตตา ไม่มีตัวตน คนก็เป็นเพียงขันธ์ ๕ มาประกอบกันเข้า ไม่มีอะไรจะพึงยึดถือ ไม่มีนาย ก. ไม่มีนาง ข. เมื่อไม่ยึดมั่นถือมั่นแล้ว จะหาจะพันใครก็ไม่บาป

กรณีเหล่านี้ เป็นตัวอย่างของการที่ผู้มีกิเลสยกเอาสภาวะธรรมขึ้นมาเป็นข้ออ้าง สำหรับการกระทำด้วยความยึดมั่นถือมั่นของตน

อย่างในกรณีหลังนี้ ถ้าไม่มีความยึดมั่นในคนที่จะถูกฆ่า ถ้าไม่มีเจตนายึดมั่นที่เจาะจงมุ่งร้ายต่อเป้าของการกระทำ จะมีการยกศีลตราวุธขึ้นฟันแทงพุ่งเข้าใส่ได้อย่างไร อันนี้เป็นการกระทำด้วยความยึดมั่นถือมั่นอย่างรุนแรงเลยทีเดียว

ความไม่ยึดมั่นที่แท้จริง เกิดจากปัญญาที่รู้ความจริง อย่างพระอรหันต์ที่ท่านไม่ยึดมั่นนั้น ท่านมีจิตใจเป็นอิสระ แต่ในการดำเนินชีวิตทั่วไป ที่เรียกว่าอยู่ในโลกอยู่ในสังคม ท่านว่าไปตามความจริงของสมมติ และปฏิบัติไปตามเหตุตามผล

สำหรับปุถุชน ความไม่ยึดมั่นถือมั่นเป็นได้แค่เครื่องฝึกตนเท่านั้น เพราะความไม่ยึดมั่นของปุถุชนที่เอามาปฏิบัตินั้น ไม่ใช่ความไม่ยึดมั่นที่แท้จริง มันเป็นเพียงความไม่ยึดมั่นที่รับมาด้วยสัญญา ไม่ใช่เกิดจากปัญญา คือเอาตัวความไม่ยึดมั่นนี้มาจับยึดเข้าไว้อีกทีหนึ่ง จึงเป็นความยึดมั่นในความไม่ยึดมั่น ถ้าเป็นปุถุชน ก็ทำได้แค่นี้ หรือแค่ฝึก

ดังนั้น สำหรับคนทั่วไป ถ้าจะไม่ยึดมั่น จึงต้องระวัง ถ้าจะให้ค่อนข้างปลอดภัย ก็ตระหนักใจว่า “เราฝึกตนในความไม่ยึดมั่น” ๕๖

ถ้าไม่ยึดมันแท้ จะแน่วแน่ในการสร้างสรรค์

ในสังคมไทยยุคใกล้ๆ นี้ คนเขาคำว่า “ไม่ยึดมันถือมัน” มาใช้กันบ่อย ที่จริง ความไม่ยึดมันถือมันนี้ เป็นเรื่องที่ควรศึกษาให้ดี อย่าได้ดูเบา

ความไม่ยึดมันที่แท้ นั้น เกิดจากปัญญาที่รู้ความจริงแล้ว ใจไม่ติดจิตเป็นอิสระ แล้วก็ปฏิบัติไปตามเหตุผลอย่างจริงจัง ตามหน้าที่หรือตามกติกาก็ได้ตกลงกันได้ เพื่อความดีงามบางอย่าง มีอะไรเป็นไป ใจก็ไม่ตกเป็นทาส ไม่ถูกครอบงำ จุดสำคัญอยู่ตรงนี้ ส่วนการปฏิบัติในทางรูปธรรมก็ว่าไปตามแบบแผนกติกาก็ตกลงไว้ ถ้ามันชอบธรรมสมเหตุผลผล

ถ้ารู้จักมองวินัยของพระ จะเข้าใจเรื่องความไม่ยึดมันถือมันได้ชัด ตัวอย่างว่า วินัยกำหนดให้พระภิกษุรูปหนึ่งๆ มีจีวรเป็นสมบัติประจำตัวได้ชุดเดียว ดูจะเป็นการไม่ให้ความสำคัญแก่วัตถุเสื้อผ้า จึงไม่ให้มีมาก เข้าแนวว่าจะให้ไม่ยึดมันถือมัน หมายความว่า ให้ไม่ยึดติด เช่น ไม่เห็นแก่ลาภ ไม่โลภ ไม่หมายมั่นในการที่จะต้องได้จีวรอย่างนั้น อย่างนั้น ที่จะเอาแต่ใจ หรือจะมีของในครอบครองให้มาก เพราะฉะนั้น จึงมีไว้เพียงปริมาณจำกัด เพียงเท่าที่พอแก่การใช้ประโยชน์ที่แท้จริง

แต่ที่นี้ มองอีกชั้นหนึ่ง สิ่งของอย่างไหนที่ตกลง (สมมติ) ว่าเป็นของท่านแล้ว พระต้องมีความรับผิดชอบอย่างเต็มที่

พระจะบอกว่า เรื่องจีวรนี้ไม่สำคัญ ฉันไม่ยึดมันถือมัน มันไม่ใช่ของของเราจริง เราเกิดมาฉันก็ไม่ได้ติดมาด้วย ตายแล้วก็เอาไปไม่ได้ แล้วก็ไม่ว่าใจใส่ ปล่อยสกรปรก ไม่ซัก หรือว่าปล่อยให้ขาดเป็นรู ไม่ปะชุน

พระจะปล่อยให้ขาดเป็นรูอย่างนั้นไม่ได้ วินัยกำหนดว่า ภิกษุปล่อยให้จีวรขาด ไม่ปะชุน ถ้าเป็นรูเท่าหลังเล็บนิ้วก้อย ก็มีความผิด เป็นอาบัติ

เอละซี จีวรผืนเดียว ต้องรักษาอย่างดีขนาดนี้ ปล่อยให้ขาดนิดเดียว ไม่ปะ ก็โดนปรับความผิดแล้ว

ยิ่งกว่านั้น ภิกษุมีจีวรชุดเดียวนี้ต้องรักษาให้ดีด้วย ถ้าอยู่ปราศจากจีวรชุดนั้นแม้แต่คืนเดียว ก็เป็นอาบัติ

ญาติโยมไม่เข้าใจหลักการ ก็จะพูดว่า เรื่องจีวรแค่นี้ พระทำไมยึดมั่นถือมั่นกันนัก สำคัญอะไรนักหนา - นีตีให้แตก

วินัย เป็นการสร้างแบบแผนตัวอย่างของการมีชีวิตที่ดีงาม และเป็นเครื่องฝึกคนด้วยแบบแผนนั้น เป็นระบบแห่งวิถีชีวิตของการฝึกตน เพราะฉะนั้น เราจะศึกษาได้ว่า ทำไม ทั้งที่พระพุทธเจ้าทรงสอนหลักความไม่ยึดมั่น แต่วินัยของพระกลับให้เอาจริงเอาจังกับสิ่งต่างๆ อย่างยิ่ง

นี่แหละ **วินัย** เป็นตัวแสดงให้เห็นชัดว่า ในระบบการฝึกมนุษย์ที่แท้จริงจนถึงชีวิตที่ดีจริงนั้น ความไม่ยึดมั่นที่ถูกต้องเป็นอย่างนี้

นอกจากนั้น วินัยเป็นเรื่องสมมติ เมื่อท่านเอาจริงกับวินัย และวินัยเป็นเรื่องเอาจริง ก็แสดงว่าต้องเอาจริงกับเรื่องสมมติ - นี่ถูกต้อง **สมมติ** คือสิ่งที่มนุษย์ตกลงกัน มี “มติร่วมกัน” โดยกำหนดวางไว้ตามเหตุผล เพื่อวัตถุประสงค์ที่เป็นประโยชน์ ไม่ใช่ตั้งขึ้นมาลอยๆ

ในขั้นสูงสุด ก็เป็นอันว่า พระอรหันต์เป็นผู้ปฏิบัติจริงจังตามสมมติ และเป็นแบบอย่างในการปฏิบัติตามวินัยอย่างเคร่งครัด

ถ้าคนยังเห็นแก่ประโยชน์ส่วนตัว กฎเกณฑ์กติกาก็จะขัดผลประโยชน์ของเขา อย่างน้อยการตามใจตัว ความไม่สะดวกสบายที่ต้องไปทำตามกฎความขี้เกียจ จะมาขัดขวาง ทำให้คนไม่อยากปฏิบัติตามกติกาสังคม เพราะฉะนั้น คนมีกิเลสจึงปฏิบัติตามกฎหรือรักษาวินัยได้ยาก

ส่วนพระอรหันต์อยู่ด้วยปัญญาที่ตระหนักในเหตุผลรู้เข้าใจวัตถุประสงค์

ประสงค์ของสมมตินั้น และท่านไม่มีกิเลสที่จะให้ทำเพื่อเห็นแก่ประโยชน์
ของตน ไม่มีอะไรต้องทำเพื่อตัวเอง ไม่มีเรื่องส่วนตัวที่จะยึดติดกีดกัน
ให้ต้องฝืนใจหรือหลบเลี่ยง ท่านพร้อมจะทำในสิ่งที่มีเหตุผลถึงามชอบธรรม
ทุกอย่าง ดังนั้น พระอรหันต์จึงเป็นผู้พร้อมที่สุด ที่จะปฏิบัติตามวินัยหรือ
กฎกติกาก็เป็นสมมติ และเป็นผู้นำในการปฏิบัติตามสมมติที่ชอบธรรม

ท่านผู้ลุ่มหลง จึงทำจริง ไม่ทิ้งธุระ ทั้งรับผิชอบ และทำอย่างจริงจัง
ย่ำว่า ความปล่อยวางไม่ยึดมั่น ไม่ใช่การปล่อยทิ้งความรับผิดชอบ
พระอรหันต์จึงเป็นตัวอย่างในการมีความรับผิดชอบต่อสิ่งที่ตนเกี่ยวข้อง
รวมทั้งรับผิดชอบทางสังคม เมื่อมีเหตุการณ์อะไรกระทบกระเทือนต่อสังคม
ต่อส่วนรวม พระอรหันต์จึงออกนำในการเรียกประชุมและหาทางจัดการแก้ไข

ความไม่ยึดมั่นที่แท้เกิดจากปัญญา เมื่อเห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา
รู้ทันสังขารแล้ว สิ่งทั้งหลายก็ไม่มีความยึดมั่นที่จะบีบบังคับจิตใจของเรา
เมื่อใจเป็นอิสระ เราก็จะปฏิบัติต่อทุกสิ่งตามเหตุตามผลด้วยปัญญา

หลักการนี้สำคัญมาก ถ้าเรามีทรัพย์ ก็ปฏิบัติต่อทรัพย์ให้ถูกต้อง
ตามเหตุผล ทรัพย์มีเพื่ออะไร ก็นำไปใช้ให้เกิดผลตามวัตถุประสงค์นั้น
ไม่ใช่ไปมัวยึดมั่นถือมั่นให้เป็นเหตุบีบบังคับจิตใจให้มีความทุกข์ แต่ก็ไม่
ใช้ปล่อยปละละเลยไม่เอาใจใส่ไม่รับผิดชอบ เราต้องใช้มันให้ถูกต้องตาม
ความหมาย ให้สมคุณค่าของมัน ให้ทรัพย์เกิดประโยชน์แท้จริง

นี่ก็ ปล่อยวางได้ แต่ไม่ปล่อยปละละเลย อีกเหมือนกัน

สำหรับคนทั่วไปนั้น ถ้าจะถือหลักความไม่ยึดมั่น ก็เอาแค่ฝึกทำ
อย่างพระเจ้าอโศกมหาราช ก็จะดีทั้งแก่ตนเอง และแก่เพื่อนมนุษย์เป็น
อย่างมาก ทำได้แค่ขั้นพระเจ้าอโศก ก็ได้คะแนนไม่ยึดมั่นเยอะแล้ว ◉

พระเจ้าอโศก อีกที!

เรื่องไม่ยึดมั่นถือมั่นนี่สำคัญ เลยพูดซะบ่อย

บอกว่า ญาติโยมชาวบ้าน ควรถือเอาพระเจ้าอโศกมหาราชเป็นแบบอย่างในการปฏิบัติตามคติ “ไม่ยึดติดถือมั่น” นี้

สำหรับชาวบ้าน (ชาวเมือง ยิ่งสำคัญ) เอาหลักไม่ยึดติดถือมั่นนั้นมาใช้กับเรื่องทรัพย์สินและอำนาจ (ผลประโยชน์และความยิ่งใหญ่) ให้ได้ก่อนเถอะ นี่แหละบททดสอบขั้นต้นที่ชะงัด ถ้าทำได้ ก็ก้าวต่อไป

ตั้งคำถามว่า: ร่ำรวย-ยิ่งใหญ่ แค่อ่อนลวย หรือเพื่ออะไร?

เอาแนวธรรมมาเรียบเรียง ได้ความเป็นพระราชดำริของพระเจ้าอโศกมหาราชว่า:

ทรัพย์สินนี้เป็นของนอกกาย ไม่เที่ยงแท้แน่นอน ไม่อยู่ใต้อำนาจความปรารถนาของเรา แต่เป็นไปตามเหตุปัจจัย เราจะไปยึดมั่นถือมั่นไม่ได้ และมันก็ไม่ใช้ความหมาย ไม่ใช่แก่นสารของชีวิต มันให้ความสุขที่แท้และยั่งยืนแก่ชีวิตไม่ได้ เราเคยลุ่มหลงแสวงหาทรัพย์สินและอำนาจมาบำรุงบำเรอความสุขสบายและแสดงความยิ่งใหญ่ของตนเอง เตียวเถิด ทั้งทรัพย์สินศออำนาจ และทั้งตัวเรา ก็จะดับสิ้นสูญเปล่าหายไปจากกัน

เพราะฉะนั้น จะปล่อยให้ตัดถนหาอุปาทานบงการครอบงำเรา มัวเขลายึดติดถือมั่นมันอยู่ทำไม ไม่เอาแล้ว ต่อไปนี้ ถอนตัวเป็นอิสระออกมา เราจะปฏิบัติการด้วยปัญญา จะใช้ทรัพย์สินและอำนาจนั้นให้เป็นประโยชน์ตามเหตุผล ตามความชอบธรรม

ทรัพย์สินที่มีเกินจำเป็นสำหรับชีวิตของเรา จะอาศัยอำนาจเป็นอุปกรณ์ในการสร้างสรรค์ประโยชน์สุขแก่เพื่อนร่วมโลก เป็นเครื่องมือ

ของธรรมที่จะทำความดีงามให้แก่สังคมสืบต่อไป

แล้วพระเจ้าอโศกมหาราชก็ได้ทรงใช้ทรัพย์และอำนาจที่พระองค์
มี ในการทำความดี สร้างสรรค์ประโยชน์สุขแก่ประชาชน เป็นการใหญ่
ตามนโยบายธรรมวิชัย

ถ้าพระเจ้าอโศกไม่มีทรัพย์ ไม่มีอำนาจ พระเจ้าอโศกก็ทำความดี
อย่างนั้นไม่สำเร็จ

ถ้าพระเจ้าอโศกมีทรัพย์มีอำนาจ แต่ไม่ยึดติดถือมั่นในทรัพย์
และอำนาจ พระเจ้าอโศกก็ได้แต่ลุ่มหลงมัวเมา แล้วก็คงจะใช้ทรัพย์และ
อำนาจนั้น ช่มเหงเบียดเบียนคนอื่นได้มากมายและรุนแรง

แต่เนี่ เพราะเหตุที่พระเจ้าอโศก ทั้งมีทรัพย์มีอำนาจ และทั้งไม่มัว
เมายึดติดถือมั่นในทรัพย์และอำนาจ แต่มีธรรม รู้ความหมาย ใช้เป็น
ทรัพย์และอำนาจก็เลยกลายเป็นอุปกรณ์สร้างสรรค์ประโยชน์สุขและ
ความดีงาม ทำให้เกิดประโยชน์มหาศาล อย่างที่ว่ามา

รวมทั้งทำให้พระพุทธศาสนามาถึงเราในประเทศไทยด้วย



สุขคือโอกาส ทุกข์คือแบบฝึกหัด

ความสุขเป็นเรื่องใหญ่ เหมือนว่าทุกคนจะถือเป็นจุดหมายของชีวิต แต่ตามปกติ หายากที่จะได้ยื่นใครพูดว่าเขามีชีวิตที่มีความสุข นอกจาก พระพุทธเจ้าและพระอรหันต์ ซึ่งกล่าวออกมาชัดเจนเหมือนเป็นคำประกาศว่า “สุสฺสํ วต ชิวาม” - “เรามีชีวิตเป็นสุขนั้กหนอ” ผู้ที่สนทนากับพระพุทธเจ้า ยอมรับว่าพระองค์ทรงมีความสุขยิ่งกว่าองค์พระราชามหากษัตริย์

เรื่องเกี่ยวกับความสุขนั้น พระพุทธเจ้าตรัสไว้มากมาย ทั้ง ประเภทและระดับของความสุข ที่มีมากมาย ทั้งข้อดีข้อเสียของความสุขต่างประเภทต่างระดับเหล่านั้น ตลอดจนวินัยปฏิบัติต่อความสุขความทุกข์ ให้ได้แต่คุณ โดยไม่เกิดผลร้าย

ทุกเรื่องเกี่ยวกับความสุขนั้น น่าสนใจ แต่หลักที่น่ารู้ไว้ก่อนตั้งแต่นั้น ก็คือ **วิธีปฏิบัติต่อความสุข** (รวมทั้งต่อความทุกข์) ที่ตรัสไว้ ๔ ข้อ คือ

๑. ไม่เอาทุกข์ทั้บถมทนที่มีได้ถูกทุกข์บีบอัด
๒. ไม่ละทิ้งความสุขที่ชอบธรรม
๓. ไม่สยบหมกมุ่น(แม้แต่)ในความสุขที่ชอบธรรมนั้น
๔. เพียรพยายามทำเหตุแห่งทุกข์ให้หมดสิ้นไป

(โดยนัยคือ เพียรปฏิบัติให้ลุดถึงสุขที่ประณีตขึ้นเ้ไปจนสูงสุด)

ขอโอกาสไว้ก่อนว่า เรื่องนี้ขนาดรวบรัด ก็จะถูกยาวที่สุด (สาระของเรื่องนี้ใหญ่ครอบคลุมพระพุทธศาสนาทั้งหมด)

ข้อที่ ๑ ไม่เอาทุกข์ทั้บถมทนที่ไม่ได้โดนทุกข์ ตามเรื่องเดิม พระพุทธเจ้าตรัสสนทนากับพวกนิครนถ์ จึงเน้นไปที่การบำเพ็ญตบะของเขา คือการทรมานตัวเอง เช่น จะโกนศีรษะ แทนที่จะใช้มีดโกน ก็ถอนผมที่

ละเส้น จะนอน ก็ใช้เตียงหนามหรือติดตะปูไว้ที่มุ้งตัวเอง

ถ้าดูที่คนทั่วไป ก็เช่นคนที่นั่งนอนนิ่งอยู่ดีๆ ไม่มีใครมาทำร้ายตัวเลย ก็เก็บเอาอาการกิริยาและถ้อยคำที่ขัดตาขัดหูจากคนโน้นคนนั้นมาคิดปรุงแต่งไปต่างๆ ให้หงุดหงิดขัดเคืองใจทำร้ายตัวเอง

ที่ตื่นกว่านั้น ก็อย่างคนดื่มสุราอัดยาเสพติด ทั้งที่ตัวเองก็เป็นปกติดีอยู่ กลับไปเอาสารที่ร่างกายไม่ได้ต้องการ แถมมีพิษภัยเป็นโทษต่อชีวิตร่างกายมาก สมัครงใจเองเอามันมาใส่เข้าไปในร่างกาย แล้วก็ทำลายสุขภาพและคุณภาพของตัวเองเหมือนกับโดยตั้งใจและโดยเต็มใจ

ตัวอย่างอื่นยังอีกเยอะ เช่น คนขับรถชิง หรือคนทำอะไรเสี่ยงๆ โดยไม่มีเหตุผล เป็นต้น มีมาก

แต่ในขั้นลึก ปลูกขนทั่วไปนี้แหละมักเอาทุกข์มาใส่ตัวอยู่เรื่อย หมายความว่า เป็นธรรมดาของสังขารที่ว่า มันไม่เที่ยง เป็นทุกข์ คงอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ ผันแปรไป เป็นอนัตตา เรารู้ทันความจริง เราก็ดำเนินชีวิตให้ดี ทุกข์ตามธรรมชาติก็มีของมันไป เราก็ไม่เอามันเข้ามา เป็นทุกข์ที่จะทับถมตัวเรา เราก็โล่งเบาไปชั้นหนึ่ง

แต่นี่ตรงข้าม คนมักปฏิบัติไม่ถูกต้อง ไม่เอาปัญญาที่รู้เท่าทันมา รักษาตัวให้เป็นอิสระไว้ จึงเอาทุกข์ที่มีอยู่ในธรรมชาตินั้น มาปรุงแต่งเป็นทุกข์ในใจของตัวเอง กลายเป็นเอาทุกข์มาทับถมตนเองกันมากมาย

แม้แต่โลกธรรมทั้งหลาย ถ้าเราเอาปัญญาที่รู้เท่าทันมาวางใจให้ถูกต้อง แทนที่จะบอบช้ำหรือเสียหาย ก็สามารถเอาประโยชน์จากมันได้

เริ่มต้นก็มองเป็นประสบการณ์ที่เราได้เรียนรู้ ว่า อ้อ นี่ เราได้เห็นแล้วไง ที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า เราอยู่ในโลก จะต้องเจอโลกธรรมเป็นธรรมดา เราก็เจอจริงๆ ความจริงมันก็เป็นอย่างนี้เอง เราได้เห็น ได้รู้แล้ว

เมื่อมองเป็นประสบการณ์สำหรับศึกษา เราก็เริ่มวางใจต่อมันถูก

ต้อง ตั้งหลักได้ ไม่ไปรับกระทบเอามาเป็นทุกข์ข้างในทับถมใจตัวเอง

ยิ่งกว่านั้น เราก้าวต่อไป โดยคิดจะฝึกตนเอง พอทำใจว่าจะฝึกตัว เราจะมองทุกอย่างในแง่มุมใหม่ เริ่มด้วยมองเป็นบททดสอบ คือ ทดสอบใจและทดสอบสติปัญญาความสามารถ ไม่ว่าจะดีหรือร้ายเข้ามา เราก็ได้ทุกที อย่างน้อยก็ทำให้เราเข้มแข็งยิ่งขึ้น เหนือกว่านั้นก็ได้อีกฝน ได้พัฒนาตัวยิ่งขึ้นไป โดยใช้เป็นบทเรียน เป็นต้น

เฉพาะอย่างยิ่ง ทุกข์เป็นแบบฝึกหัด เป็นเครื่องฝึกสติ ฝึกปัญญา ฝึกการแก้ปัญหา เป็นต้น แม้แต่เคราะห์ ซึ่งเป็นโลกธรรมที่ร้าย ก็กลายเป็นโอกาสที่ตัวเราจะได้ฝึกฝนพัฒนา

ข้อที่ ๒ ไม่ละทิ้งสุขที่ชอบธรรม อันได้แก่สุขที่เราควรได้ควรมีตามเหตุปัจจัย ซึ่งเรามีสิทธิ์ที่จะได้ เช่นถ้าเป็นความสุขทางวัตถุ ก็เห็นที่ผลจากการประกอบอาชีพการงานด้วยความขยันหมั่นเพียรโดยชอบธรรม

พึงระวังมิให้สุขของเราเกิดมีโดยตั้งอยู่บนความทุกข์ของผู้อื่น ไม่ให้เป็นความสุขที่เบียดเบียน ก่อความเดือดร้อนแก่ใครๆ จึงจะเป็นความสุขที่ชอบธรรม เราสุข ผู้อื่นก็ไม่ทุกข์ ถ้าให้ดียิ่งกว่านั้น ก็ให้เป็นสุขด้วยกัน เป็นสุขที่เผื่อแผ่ ซึ่งช่วยให้เกิดความสุขขยายกว้างขวางออกไป

คนเรานี้จะต้องรู้จักพัฒนาความสุข ไม่ใช่ว่าชอบความสุข อายกมีมันหนัก แต่ขาดความรู้เข้าใจไม่รู้จักความสุขเลย ได้แค่อ้อย่างพรว่มัวกับความยึดถือด้วยโมหะในภาวะอย่างหนึ่งว่าเป็นความสุข แล้วก็ใช้เวลาทั้งชีวิตตะเกียกตะกายวิ่งไล่ไขว่คว้าไม่ทันถึงความสุขนั้น ชีวิตก็จบไปก่อน

โดยวิธีพูดอย่างหนึ่ง ซึ่งสอดคล้องกับหลักพระพุทธศาสนา การพัฒนาความสุขนั้นแหละ คือ **การศึกษา**

กรรมที่เรียกว่า “การปฏิบัติธรรม” จึงก้าวไปในสุข และผ่านความสุขต่างๆ หลายแบบ และหลายขั้นหลายระดับ ดังที่ท่านจัดแบ่งไว้ให้นาน้อย

ขอรวบรัดไว้ที่นี้เป็นสุข ๓ คือ ๑. สุขแบบแข่งแย่ง หรือชิงกัน ๒. สุขแบบประสาน หรือสุขด้วยกัน และ ๓. สุขแบบอิสระ

แม้แต่ผู้มีสุขที่ไม่ตั้งอยู่บนความทุกข์ของผู้อื่น ส่วนมากก็ยังอยู่ในขั้นมีสุขแบบแข่งแย่งหรือชิงกัน ซึ่งโดยทั่วไปเป็นความสุขเนื่องด้วยวัตถุ อันจะต้องได้ต้องเอา ถ้าเขาได้เราก็เสีย ถ้าเราได้เขาก็เสีย ถ้าเขาสุขเราก็ทุกข์ ถ้าเราสุขเขาก็ทุกข์ พอเราได้มาเราสุข คนอื่นเสียหรืออด เขาก็ทุกข์ แต่พอเขาได้เราเสียหรืออด เขาสุขเราก็ทุกข์ เป็นความสุขที่ไม่เอื้อกัน ยิ่งก่อปัญหา

เมื่อพัฒนาจิตใจขึ้นไป พอมีความรักแท้ คือเมตตา ที่ต้องการให้คนอื่นเป็นสุข เราก็เริ่มมีความสุขแบบประสาน คือ เราทำให้เขาสุข เราก็สุขด้วย เหมือนความรักของพ่อแม่ ที่อยากให้ลูกเป็นสุข แล้วก็พยายามทำอะไรๆ เพื่อให้ลูกเป็นสุข และมีความสุขเมื่อเห็นลูกเป็นสุข

เมื่อเราพัฒนาจิตใจ โดยแผ่ขยายเมตตาหรือธรรมอื่นเช่นศรัทธา เราก็มีความสุขเพิ่มขึ้น โดยที่คนอื่นก็มีความสุขด้วย เป็นความสุขจากการให้ ที่เจริญในธรรม ซึ่งทำให้โลกมีสันติสุข เริ่มตั้งแต่ในครอบครัวไปเลย

นี่พูดพอเป็นแนว ในเรื่องการพัฒนาความสุข ซึ่งจะต้องก้าวต่อไป ในความสุขที่ชอบธรรม ขึ้นไปจนถึงความสุขที่เป็นอิสระ อันบรรจบเป็นจุดหมายของวิधिปฏิบัติต่อความสุขที่ครบตลอดทั้งสี่ข้อ

ข้อที่ ๓ ไม่สยบมัวเมาในความสุขแม้ที่ประณีต แม้ว่าความสุขที่ชอบธรรมนั้น เรามีสิทธิ์เสพ ไม่ต้องไปสละละทิ้ง แต่ท่านก็ให้ระวัง เพราะแม้แต่ในการเสพความสุขที่ชอบธรรมนั้น เราก็อาจจะปฏิบัติผิดได้

จุดพลาดอยู่ตรงที่ว่า เราเสวยสุขชอบธรรมที่เรามีสิทธิ์เสพนี้แหละ แต่ถ้าเราเกิดไปติดเพลินหลงมัวเมา ความสุขก็จะกลับกลายเป็นปัจจัยของความทุกข์ และทำให้เกิดโทษได้ ข้อสำคัญคือทำให้เกิดความประมาท

“สุข” แปลว่า คล่อง ง่าย สะดวก เมื่อมีสุข จะทำอะไร ก็ทำได้ง่าย ได้คล่อง ได้สะดวก ความสุขจึงเป็นโอกาส มีอะไรควรทำก็รีบทำ จะได้ผลมาก ดังนั้น ยามสุข เมื่อเราไม่ประมาท ก็ทำการดีงามสร้างสรรค์ได้มากที่สุด

ความสุขก็เป็นโลกธรรมอย่างหนึ่ง ซึ่งเป็นอนิจจัง เกิด-ดับ มี-หมด กลับกลายได้ ถ้าเรารู้ทันความจริง และไม่ประมาท เมื่อโชคหรือโลกธรรมที่ดีมีมา เราเป็นสุข เราก็ใช้โชค เช่น ลาก ยศ เป็นเครื่องมือเพิ่มพูนแผ่ขยายความสุข คือใช้มันทำความดี ช่วยเหลือเกื้อกูลเพื่อนมนุษย์ ทำให้ความสุขขยายจากตัวเรา แผ่กว้างออกไปสู่ผู้คนมากมายในโลก


นี่ก็คือ ใช้ความสุขเป็นโอกาสสร้างสรรค์แผ่ขยายความสุข

ข้อที่ ๔ เพียรทำเหตุแห่งทุกข์ให้หมดสิ้นไป คือพัฒนาความสุขที่ประณีต และสูงยิ่งๆ ขึ้นไป จนถึงภาวะไร้ทุกข์ หรือบรมสุข

ความสุขทุกระดับที่พูดมา เป็นสุขสัมผัส ยังมิใช่ทุกข์ ผันผวน ผกผันได้ ท่านจึงให้ปฏิบัติอย่างที่ว่ามาแล้ว คือ ไม่ติดเพลินแม้แต่ในสุขที่ชอบธรรม คือให้ไม่ประมาท เพื่อจะได้ก้าวต่อไป นั่นก็คือ ให้พัฒนาการมีความสุขต่อไป จนถึงความสุขสูงสุด

ความสุขสูงสุด ก็คือความสุขที่ไม่เหลือเชื้อแห่งทุกข์ จึงเรียกว่า บรมสุข ก็คือภาวะไร้ทุกข์นั่นเอง ซึ่งย่อมถึงได้ด้วยการทำเหตุแห่งทุกข์ให้หมดสิ้นไป อันเป็นวิธีปฏิบัติข้อ ๔ ที่เป็นสุดท้ายนี้

นี่คือสุขแท้ ของจิตที่เป็นอิสระ ซึ่งเกิดจากปัญญาสว่างแจ้ง อันเป็นความสุขเต็มอิม ที่มีประจำอยู่ในตัวตลอดทุกที่ทุกเวลา ไม่ต้องแสวงหาอีกต่อไป

สำหรับบุคคลผู้เช่นนี้ ชีวิตที่เป็นอยู่ก็ดำเนินด้วยปัญญา ที่ทำการไป ให้ทันกันถึงกันกับกระบวนการแห่งเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ให้ได้ผลดีที่สุดในจิตใจก็มีความรู้ทั่วทัน เป็นอิสระ อิมเต็มด้วยความสุข 

มนุษย์: ปัจจัยพิเศษในธรรมชาติ

แนวคิดและถ้อยคำสื่อสารสมัยใหม่ ที่รับต่อทอดมาจากฝรั่งว่า มนุษย์ทำอย่างนั้นทำอย่างนี้ต่อธรรมชาติ ถ้าไม่ระวัง ไม่ใช่อย่างรู้เท่าทัน จะพราง จะบัง หรือแม้กระทั่งบิดเบือนความคิดของเรา ออกจากความเป็นจริง

ไปๆ มาๆ คนสมัยนี้ก็เลยมองเหมือนว่า มนุษย์เป็นอะไรอีกประเภทหนึ่งต่างหาก ที่ไม่ใช่ ไม่เป็นธรรมชาติ แล้วมาทำอะไรๆ อย่าง เป็นมิตรบ้าง เป็นศัตรูบ้าง เป็นต้น ต่อธรรมชาตินั้น

ไม่ต้องไปเสียเวลาพูดถึงการที่ฝรั่งยอมรับความผิดพลาด ในการที่พวกเขาได้มองมนุษย์แยกต่างหากจากธรรมชาติ และบอกกันให้มองใหม่ โดยให้ถือมนุษย์เป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาติ อันเป็นข้อที่เขาแย้งกันนักในเรื่องการอนุรักษ์ธรรมชาติ หรือการรักษาสิ่งแวดล้อม ในบัดนี้

เรามองง่ายๆ ในแง่เป็นวิธีสื่อสาร ที่พึงรู้เท่าทัน ขอให้เข้าใจว่า มนุษย์ก็เป็นธรรมชาติอย่างหนึ่งหรือส่วนหนึ่ง

ที่ว่า มนุษย์ทำอย่างนั้นทำอย่างนี้ต่อธรรมชาติ ก็หมายความว่า ธรรมชาติส่วนที่มีชื่อเรียกว่ามนุษย์ ทำอย่างนั้นทำอย่างนี้ต่อธรรมชาติ ส่วนอื่นหรือส่วนที่เหลือ หรือที่จริงคือ ลำแดงอาการเป็นปัจจัยต่อมวล ธรรมชาตินั้น

แล้วก็ต้องมองต่อไปด้วยว่า ธรรมชาติส่วนที่เป็นมนุษย์นั้น ก็ไหลระคนปนคละเป็นเหตุเป็นผลร่วมไปในกระบวนการและระบบของธรรมชาติ ทั้งมวลด้วย

แต่ทั้งนี้ มนุษย์นั้นเป็นธรรมชาติส่วนพิเศษ ที่มีคุณสมบัติอันวิเศษ คือปัญญา พร้อมด้วยเจตนา คือเจตจำนงที่ดีหรือร้าย แฝงอยู่ในศักยภาพ

ที่อาจพัฒนาให้คลี่คลายขยายออกมาได้ ซึ่งจะเป็นปัจจัยอันยิ่งใหญ่ ที่ผลักดันแผนแปรกระบวนและระบบแห่งธรรมชาติ ให้ปรากฏผลรวมแห่งโลกที่เป็นไปได้ต่างๆ จนสุดที่จะคิดคาดหมาย

เป็นที่หวังแบบพุทธว่า ด้วยปัญญาสว่างแจ้งเห็นทั่วตลอด ซึ่งสนองเจตนาอันเปี่ยมคุณความดีที่แผ่สากล แห่งจิตใจที่ไร้พรมแดน ของมนุษย์ที่ได้พัฒนาตนทั่วรอบแล้ว ธรรมชาติส่วนมนุษย์นี้ จะเป็นปัจจัยผลักดันให้มวลธรรมชาติทั้งระบบ ปรับแปรไปเป็นโลกที่มีสันติสุขอย่างยั่งยืน

โดยภาวะที่เป็นธรรมชาติส่วนวิเศษ มนุษย์ได้มีขอบเขตแห่งความเคลื่อนไหวในระบบเหตุปัจจัยอย่างซับซ้อนกว้างขวาง จนเหมือนเป็นแดนแห่งความสัมพันธ์ซ้อนขึ้นมาอีกระบบหนึ่งต่างหาก ดังที่เรียกว่าเป็นโลกมนุษย์ หรือสังคม ซึ่งมีมนุษย์แต่ละคน อันเรียกว่าบุคคล เป็นส่วนร่วม

แต่ที่แท้ นั้นทำได้เป็นแดนต่างหากจริงไม่ เพราะมนุษย์ที่มาเป็นบุคคล ซึ่งเป็นหน่วยแห่งสังคมนั้น ตัวจริงของเขาก็คือ เป็นชีวิต ที่เป็นหน่วยแห่งธรรมชาตินั่นเอง

มนุษย์มากมายในบัดนี้ แปลกแยกหลงเพริดเตลิดไกล จนมองตัวเองยังไม่ถึงชีวิตที่เป็นธรรมชาติ ทำให้ไม่สามารถแก้ปมที่เรียกว่าปัญหาชีวิตและสังคม เพราะไม่สามารถโยงปัจจัยทางสังคมให้ถึงธรรมชาติ

เรื่องนี้ก็ได้เกิดเป็นปัญหาในการมองและการศึกษาเข้าใจธรรมในพระพุทธศาสนาด้วย

ขอรวบรัดแสดงหลักเลย ว่า ท่านผู้รู้แจ้งระบบสัมพันธ์ทั่วตลอด เมื่อจะสร้างสรรค์แก้ปัญหามาของชีวิตและสังคม ท่านตระหนักถึงปัจจัยที่โยงกันทั่วในระบบของธรรมชาติตลอดมาถึงแดนที่เรียกว่าสังคม ท่านจึงวางวิธีปฏิบัติจัดการ ที่จะเอาปัจจัยวิเศษในธรรมชาติส่วนมนุษย์ คือ

ปัญญาที่สว่างและเจตนาที่สะอาด บุรณาการเข้าไปในกระบวนปัจจัยของ
ธรรมชาติที่เกี่ยวข้องทั้งหมด เพื่อร่วมเคลื่อนไหวผลักดันให้กระบวน
ปัจจัยนั้นคืบเคลื่อนไปสู่การออกผลที่พึงต้องการ

วิธีการและการจัดการทางสังคม ในการนำเอาปัจจัยธรรมชาติอัน
วิเศษของมนุษย์ (ปัญญาสูง+เจตนาใส) บุรณาการเข้าไปในกระบวนปัจจัย
ของธรรมชาติที่เกี่ยวข้องทั้งหมด เพื่อผลักดันให้ก่อเกิดผลที่พึงต้องการนี้
มีคำพระเรียกว่า “วินัย” (ไม่พึงหัดความหมายไปตามภาษาไทย)

นี่เป็นเรื่องสำคัญยิ่งยวดที่จะต้องช่วยกันทำให้ชัด เพื่อให้พระ
พุทธศาสนาอำนวยประโยชน์สุขสมจุดหมาย เฉพาะอย่างยิ่งในยามที่
ความเข้าใจคลาดเคลื่อนลัทธิสับสนแผ่ขยายกว้างขวาง

ยกตัวอย่าง เวลาเมื่อเรื่องคนทำความผิดชั่วร้าย บางคนชอบพูดว่า ไม่
ต้องไปจัดการอะไร แล้วเขาก็จะได้รับผลกรรมของเขาเอง การพูดอย่างนี้
ต้องระวังให้มาก ทั้งจะขัดหลักพุทธศาสนา และทำให้ตกอยู่ในความประมาท


ในเรื่องนี้ จริงอยู่ คนรับผิดชอบต่อกรรมของตน ตามกระบวนการ
แห่งเหตุปัจจัยของมัน นี่คือการ ที่เป็นกฎธรรมชาติ (แบบพูดกว้างๆ)

แต่ที่นี้ ปัญญาอันเป็นธรรมชาติวิเศษที่มีในมนุษย์ ก็มารู้และร่วม
กฎธรรมชาตินั้นแหละ โดยวางวิธีการที่เรียกว่าวินัย (กฎระเบียบกติกาข้อ
บัญญัติ และการปฏิบัติจัดการตามนั้น: กฎหมาย และการปกครอง) เพื่อให้คนที่ทำผิดได้
รับผลที่เป็นการรับผิดชอบต่อกรรมของเขา ให้สังคมได้ประโยชน์

ดังนั้น เมื่อมีภิกษุทำความผิด จะไม่มีการพูดว่าขอให้ภิกษุนั้นรับ
ผลกรรมของตนเอง แต่มีกรรมต่างๆ ซึ่งเป็นบัญญัติทางวินัย ซึ่งสงฆ์
จะใช้เป็นเครื่องมือเพื่อดำเนินคดีและลงโทษ เป็นต้น แก่ภิกษุที่ทำความ
ผิดนั้นทันที โดยไม่ต้องรอผลกรรมจากปัจจัยในธรรมชาติส่วนอื่นๆ

จะต้องไปรอทำไม เราจงใจทำอะไรเมื่อไร ก็เป็นกรรมตามธรรมชาติ นั้นแหละทันที วินัยหรือกฎที่สมมติไว้ จึงให้พระสงฆ์ทำกรรมใส่ปัจจัยใหม่เข้าไปช่วยหนุนหรือผลักดันให้กรรมแสดงผลบางอย่างออกมา อย่างน้อยผลข้างเคียงที่เกื้อกูลต่อสังคม ใครรอก็คือไม่รู้ธรรมนั่นเอง

พูดอีกสำนวนหนึ่ง **วินัย** ก็คือความสามารถพิเศษของมนุษย์ ที่นำเอาปัจจัยธรรมชาติในส่วนของมนุษย์ เข้าไปเป็นส่วนร่วมในกระบวนการแห่งเหตุปัจจัยทั่วไปของธรรมชาติ เพื่อให้บังเกิดผลดีแก่มนุษย์ในทางที่ดั่งามพึงปรารถนา

มนุษย์ที่มีปัญญา ได้พัฒนาดีแล้ว เมื่อเข้าไปเป็นส่วนร่วมในกระบวนการแห่งเหตุปัจจัยของธรรมชาติ ย่อมเป็นปัจจัยที่มีประสิทธิภาพอย่างยิ่ง ที่จะช่วยให้กระบวนการแห่งเหตุปัจจัยทั้งหมดดำเนินไปในทางที่จะก่อให้เกิดผลดีที่พึงปรารถนาแก่ชีวิตและสังคมของมนุษย์ 

ประชาธิปไตย อย่าให้ไร้ความหมาย

คนส่วนใหญ่ แม้จะอยู่ในความเงิบ ก็กุมชะตากรรมของสังคมไทยในระยะยาว

เรื่องสำคัญที่สุดขณะนี้ ก็คือ ขณะที่คนสองพวกหรือหลายฝ่ายทะเลาะกัน ส่วนมากเขาก็มีว่แต่หมกมุ่นอยู่กับเรื่องเฉพาะหน้าที่เขาถือว่าเป็นปัญหาของเขา ยิ่งถ้าเขาเขม่นหมายจะเอาชนะกันด้วย บางทีก็มีมติจนลืมนอย่างอื่นหมด ทำให้การงานสำคัญของประเทศชาติพลอยชะงักงันไป

คนส่วนใหญ่จะมัวหมกมุ่นอยู่แค่นั้นไม่ได้ ประโยชน์สุขของสังคมประเทศชาติ ไม่ใช่แค่ปัญหาที่เขาทะเลาะกันอยู่ การแก้ปัญหาเฉพาะหน้าก็ต้องคิดต้องทำไป แต่จะละเลยเรื่องราวและปัญหาใหญ่ระยะยาวไม่ได้

สถานการณ์ปัญหาร้ายขณะนี้ พุดกันว่าถึงขั้นเป็นวิกฤตของสังคมไทย ที่จริงควรเรียกว่าเป็นวิกฤตร้อน เพราะเวลาที่แท่นั้นสังคมไทยเข้าสู่ภาวะวิกฤตมานานแล้ว

มีปัญหาเลวร้ายมากมายกัตก่อนสังคมไทยอยู่ตลอดเวลา ซึ่งควรใส่ใจคิดแก้ไขกันอย่างจริงจังไม่น้อยกว่าปัญหาวิกฤตร้อนนั้น หรือยิ่งกว่าเสียอีก เพราะมันเป็นรากเหง้าของวิกฤตร้อนนั้นด้วยซ้ำ

ตัวอย่าง เช่น

- ๐ สังคมไทยเคลื่อนไปด้วยพฤติกรรมหวังลาภลอย นอนคอยโชค รอผลดลบันดาล ไม่หวังผลจากการกระทำด้วยริ้วแรงความเพียรพยายามของตน
- ๐ สังคมไทยเต็มไปดด้วยค่านิยมฟุ้งเฟ้อ ชอบโก้เก๋वादกัน ฉาบฉวย อ่อนแอ ขาดความใฝ่รู้ ไม่มีวัฒนธรรมแสงปัญญา
- ๐ สังคมไทยลุ่มหลงบริโภคนิยม คนเอาแต่เสพบริโภค ไม่มีนิสัยเป็นนักผลิต

- ๐ คนไทยมักตื่นอยู่แค่คอยตามกระแสความเจริญของประเทศที่พัฒนาแล้ว เช่น ตามฝรั่ง เทอญี่ปุ่น มีโลกทัศน์แคบและวิสัยทัศน์จำกัด ขาดความรู้เท่าทันและความมุ่งมั่นที่จะก้าวขึ้นไปสู่การแก้ปัญหาของโลกและการสร้างสรรค์เพื่อมนุษยชาติ
- ๐ คนไทยมากมายหมกมุ่นในกาม ปล่อยตัวมัวเมาในเรื่องเพศและประดาอบายมุข จนสุดโต่งยิ่งกว่าวัฒนธรรมนอกที่ตนชอบตามอย่าง
- ๐ วัฒนธรรมไทยเสื่อมถอยรวดเร็ว จิตใจคนเหี้ยมหินลงไป อาชญากรรมรุนแรงแพร่ระบาดอย่างที่ไม่คาดคิดไม่ถึง
- ๐ ปัญหาวัยรุ่นหนักหนา ทั้งเรื่องเพศ เรื่องความรุนแรง ความเสื่อมด้อยในด้านการศึกษา เกิดปัญหาสุขภาพจากความหมกมุ่นมัวเมาดำเนินชีวิตผิด เช่น เป็นโรคอ้วนแต่เด็กมากขึ้นๆ
- ๐ คนไทยมักไม่รู้จักใช้เทคโนโลยี เอาประโยชน์จากข่าวสารข้อมูลไม่ได้ แต่ใช้เทคโนโลยีและเสพข้อมูลในทางที่เกิดโทษ
- ๐ การทุจริตฉ้อราษฎร์บังหลวงในรูปแบบหลากหลายระบอบแพร่ขยายจนกลายเป็นเหมือนของปกติสามัญ

ต้องยอมรับว่า สภาพพุทธธรรมของสังคมอย่างนี้ เป็นมูลเหตุอยู่เบื้องหลังวิกฤตร้อนที่เรา กำลังเผชิญอยู่ มันเป็นวิกฤตทางสังคมที่ยืดเยื้อ และเป็นวิกฤตที่ลึกลงไปในชีวิตจิตใจของคน เป็น**วิกฤตแห่งคุณภาพของคน**

ทั้งที่สภาพปัญหาเหล่านี้เกาะกินสังคมของเราอย่างหนัก แต่มันก็ถูกละเลย อย่างดีก็แค่แตะปัญหากันอย่างผ่านๆ ผิวผิน ปล่อยให้มันสะสมตัวจนกลายเป็นวิกฤตลึกลับที่แก้ไขได้ยาก

วิกฤตร้อนให้สติแล้ว จงตื่นขึ้นมาขจัดวิกฤตลึกลับ ให้สังคมไทยมีชัยที่แท้ เหตุการณ์ร้ายทั้งหลายที่เกิดขึ้นมา น่าจะกระตุกเตือนคนไทยให้ใต้สติ และเจริญปัญญา

แทนที่จะมีวุ่นแรงกันในการทะเลาะเบาะแว้ง เราควรเข้มแข็งในการที่จะสร้างสรรค์ และมันก็เป็นเรื่องที่ได้ตั้งแต่บัดนี้ ขณะที่กำลังมีการทุ่มตัวแก้ไขวิกฤตร้อนกันอยู่ เราก็กู้ปัญหาวิกฤตลึกลับที่เป็นฐานด้วยเท่ากับให้สังคมแก้ปัญหาทั้งวิกฤตร้อนและวิกฤตลึกลับไปพร้อมกัน


ไม่ช้าไม่นานนัก วิกฤตร้อนจะต้องจบลง แล้วไม่ว่าเมืองไทยจะมีรัฐบาลใด วิกฤตลึกลับก็จะยังคงอยู่ แล้วเราก็จะต้องเดือดร้อนกับมันต่อไป

บางรัฐบาล แม้ในยามปกติ ก็อาจจะคิดและทำการโดยไม่แยบคาย แล้วเสริมเติมวิกฤตลึกลับให้ซ้ำหนักลงไปอีก

ถ้ายังไม่มีการแก้ไขวิกฤตลึกลับนั้นอย่างจริงจัง มันก็จะนำเราไปสู่วิกฤตร้อนครั้งใหม่ ทำให้สังคมหมุ่นเวียนอยู่ในวงจรบาป

ถึงจะมีวันที่พูดได้ว่า วิกฤตร้อนจบแล้ว ประชาธิปไตยฟื้นคืนมา แต่ถ้าวิกฤตลึกลับยังอยู่ เราจะมีประชาธิปไตยที่น่าภูมิใจได้จริงหรือ มันจะเป็นเพียงประชาธิปไตยคุณภาพต่ำ ของสังคมที่เป็นเหยื่อในโลกแห่งทุนนิยม ที่ถูกซัดพัดพาลอยไปในกระแสโลกาภิวัตน์ เป็นสังคมที่ถูกกระทำ ไม่สามารถเป็นผู้นำที่มีอะไรให้แก่อารยธรรมของโลก

ถ้าใส่ใจที่จะแก้ไขปัญหาและเข้มแข็งในการสร้างสรรค์จริง ไม่ว่าใครจะมาเป็นรัฐบาล คนไทยจะต้องเรียกร้องแนะนำอย่างเอาจริงเอาจัง ให้รัฐและให้สังคมต้องมุ่งมั่นในการแก้ไขวิกฤตลึกลับนี้

จะต้องเรียกร้องและเร่งรัด ให้มีการพัฒนาคุณภาพคนไทยอย่างจริงจัง ที่จะช่วยให้สังคมไทยไม่ต้องมาหวาดหวั่นเสี่ยงภัยกับปัญหาวิกฤตร้อนซ้ำซาก กับทั้งให้สามารถมีความภูมิใจมั่นใจในประเทศชาติของตน ว่ามีสังคมที่เจริญมั่นคง อันเอื้อต่อการพัฒนาของชีวิตจิตปัญญา โดยมีประชาธิปไตยที่ควรแก่ความหมายอย่างแท้จริง 

หนังสือที่มาของข้อความเลือกสรร

ใน

มองธรรมถูกทาง มีสุขทุกที

เยี่ยมพระพุทธรูปบิดา

- อป.อ.๒/๓๑๘-๓๒๔

เมื่อใจสะอาด ธรรมชาติมีสุขให้

- ชุ.เงร.๒๖/๔๙๘/๔๑๐

รักของพ่อแม่ ทั้งรักแท้ และรักยั่งยืน

- คุณบิดามารดา สุตพรรณนามหาศาล, ๗-๑๐

ใจดี มีความสุข

- สุขภาวะแนวพุทธ, ๑๐๐

ใจดี ให้เขามีความสุข

- สุขภาวะแนวพุทธ, ๑๐๔

ใจดี กายพลอยมีสุขภาพ

- สุขภาวะแนวพุทธ, ๑๐๕

นักแก้ปัญหา เริ่มด้วยปัญญาที่รู้ทุกข์

- ทุกข์สำหรับเห็น แต่สุขสำหรับเป็น, ๑๘-๒๐)

ทุกข์ ต้องมองให้เห็น - สุข ต้องมีให้เป็น

- ทุกข์สำหรับเห็น แต่สุขสำหรับเป็น, ๒๐-๒๑)

วัตถุนี่เรื่องใหญ่ ต้องจัดการให้ดี

- ชีวิตที่สมบูรณ์, (ต้นเล่ม)

สบาย ๗

- ความสุขของครอบครัว คือสันติสุขของสังคม, ๑๖-๑๗

เมื่อทรัพย์และอำนาจ มาเป็นเครื่องมือของธรรม

- จาริกบุญ จาริกธรรม, ๑๙-๒๒

ธรรม ทำไมต้องมีทรัพย์และอำนาจเป็นเครื่องมือ

- จาริกบุญ จาริกธรรม, ๒๒-๒๔

“สันโดษ” ต้องรับใช้ “ไม่สันโดษ”

- จาริกบุญ จาริกธรรม, ๓๘๗-๓๙๓

“เรียบง่าย” ต้องไม่ใช่ “มักง่าย”

- จาริกบุญ จาริกธรรม, ๓๘๗-๓๘๓

อนิจจัง! ปลงได้ แต่ระวังจะกลายเป็นประมาท

- เล่า จาริกบุญ จาริกธรรม, ๒๙๘

ลุดุดหมาย เมื่อปล่อยวางได้ โดยไม่ปล่อยปละละเลย

- เล่า จาริกบุญ จาริกธรรม, ๒๙๘

ระวัง! ยึดมั่น ในความไม่ยึดมั่น

- เล่า นิตินศาสตร์แนวพุทธ, ๑๕๕-๑๕๘

- เล่า คนไทยไม่ใจแคบ แต่ระวังไว้อย่าให้ปัญญาแคบ, ๕๑-๕๒

- เล่า พิธีกรรม ใครว่าไม่สำคัญ, (ช่วงต่อจากกลางเล่ม)

- เล่า พุทธธรรม บทว่าด้วย “นิพพาน”

ถ้าไม่ยึดมั่นแท้ จะแน่วแน่ในการสร้างสรรค์

- (เหมือนเรื่องก่อน)

พระเจ้าอโศก อีกที!

- จาริกบุญ จาริกธรรม, ๔๖๘-๔๖๙

สุขคือโอกาส ทุกข์คือแบบฝึกหัด

- ความสุขที่สมบูรณ์, ๓๑ หน้า

- สุขภาวะแนวพุทธ, ๑๑๔, ๑๒๑

มนุษย์: ปัจจัยพิเศษในธรรมชาติ

- จาริกบุญ จาริกธรรม, ๔๖๕

ประชาธิปไตย อย่าให้ไร้ความหมาย

- ธรรมชาติปไตยไม่มา จึงหาประชาธิปไตยไม่เจอ, ๘๑-๘๕